31
2014

APN e.Book
Towards An Arab School Of Psychological Sciences

الكتاب الإلكتروني لشبكة العلوم النفسية

سلسلة الكتاب الإلكتروني:
عدد 31

الصحة العاطفية

وضرورات التكيف في الحياة المعاصرة

د. مرسلينا شعبان حسن

عدد 31- 2014

إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية

الصحة العاطفية

وضرورات التكيف في الحياة المعاصرة

د. مرسلينا شعبان حسن

الفهـــــــرس

اهـــــــــــــداء

اهـــــــداء

إلى ابنتي ياسمين وورد الشام

اللتين هما مبعث عواطفي ومشاعر الايجابية

للحياة والناس

" دعــــوة إلــــى التماهـــــي "

" لا يمكنك أن تعطي كل انتباهك ، إلاّ إذا كنت مهتماً ، ولا يمكن أن تكون مهتماً إلاّ إذا كنت محباً حقيقياً "

"كرشان مورثي"

مقدمـــــة وتمهيــــــــد

إن تأزم الحياة ، وتعقد مناحيها وتشعب معالمها ، ينعكس على النّفس الإنسانية ، من أنه كلما زادت متطلبات الحياة ، ازداد الإجهاد على النفس ، إذ غدا الإرهاق ، سمة من سمات الشّخصية المعاصرة . كما أن سبل الانهيار العصبي ، في بعض جوانبه ما هو إلاّ نتيجة لما تنوء بها النّفس ، من جراء تفاقم ضغوط الحياة وتنوع متاعبها .

ولما كان الإنسان العصري اليوم ، هو من دفع بهذه الحضارة لمنحاها الاستهلاكي التّنافسي ،فقد بات يدفع ثمن رفاهية الاستهلاك مقدماً من صحته العامة (الجّسدية والنّفسية) .

وإن ما ندعوه اليوم بالوعي الحضاري ، ما هو إلاّ ذاك الوعي الذي انفصل ، بصورة تدريجية مطردة عن الغرائز الأساسية ، غريزتي (الحياة والموت) وفق المنظور النّفسي التّحليلي بكل تفصيلاتها . هذه الغرائز وإن اختفت بمظهرها العّام المباشر ، من حيث فقدت تماسها مع وعينا ، فقد اضطرت للتمظهر في اللاوعي ، وتحققت اشباعاتها بطرائق غير مباشرة ، من مثل الأعراض الجّسدية في حالات العصاب ، وأعراض شتى من أنواع اضطرابات المزاج المتعددة المظهر ، وكذا الأعراض النّفسية من مثل : النسيان ، وزلات اللسان ، والكوابيس والأحلام الغريبة ...

وبحكم تطور المفاهيم الاجتماعية ، وتطور الوعي السّياسي لدى الناس ، بات الإنسان يعتقد أنه سيد نفسه ، وباتت الجرأة في المطالبة بالحقوق مستيقظة .

ولكن الوجهة النّفسية العياديةتُظهر أن الإنسان المعاصر ، لا يستطيع عيش مفاهيمه وقناعاته ، طالما أنه غير قادر على السّيطرة على مزاجه ، وانفعالاته وعواطفه ، أو على معرفة الأساليب الكثيرة التي يُنصح بها ليحمي نفسه ، من رؤية حالة الانشطار ، التي يعاني منها ، في محاور عدة من حياته الخاصة والعّامة ، بدءاً من الحياة النّفسية الدّاخلية على مستوى الدّات ، هذه الدّات التي ندين بتحقيقها ، لهذا الاستقلال الفكري الذي نطمح إليه ، و يعيشه إنساننا في العصر الحديث ، بحيث تشكل أساساً جوهرياً ، تدفع بالأفراد نحو تفعيل قدراتهم

ومهاراتهم الشّخصية ، ولاسيما تلك القدرات الخاصة المتصلة بالحياة العّاطفية ، والتي يطلق عليها اليوم ، مهارات الذّكاء العّاطفي ، من كون هذه المهارات ترفع من كفاءات الفرد عندما نستخدمها استخداماً ايجابياً ، ولاشك أن المكانة التي يشغلها الفرد في أسرته أولاً ، هي الأكثر تأثيراً على سلوكه بعيداً عن تأثيرات ضغوط الحياة العّامة ، إذ يغدو سلوكه اليومي هو المحك في تحقق صحته العاطفية ،.ولكن يبقى التّأكيد على أثر الأسرة في سلوك أفرادها ، حجراً أساس من خلال ما تعززه هذه الأسرة ، في سبيل قبول صورة الفرد عن ذاته ، من كون مفهوم الذّات ينمو ، ويتطور في محوريه الأنا النّفسي والأنا الاجتماعي ، من خلال نظرة المحيطين بنا ، ومن خلال وقع التفاعلات العّاطفية القريبة ، ونخص بذلك الأبوين في علاقتهما بالطّفل ، من خلال المشاعر المتبادلة التي تصله بالإحساس المباشر ، والتي بدورها تثبت موقع هذا الطّفل بين الأبوين ، من حيث القبول أو الرّفض ، أو من خلال التّشجيع ، والتّعزيز المستمر ، أو حتى بالمنحى السّلبي من خلال عيش الإحباط في التّفاعل المريح ، النّاجم عن كثرة الانتقاد الذي يتلقاه الفرد داخل المحيط الأسري عند البعض . من ذلك لابد من التأكيد ، على أن التّبادلات العاطفية داخل الأسرة ، وكذلك تبدل هذه التّفاعلات العّاطفية ، تؤثر على نوعية التّوازن النّفسي لأي شخص مستقبلاً ، حيث أن الحياة الأسرية بكل مستويات علاقات أفرادها تشكل مجالاً هاماً ،للتفاعلات النّفس اجتماعية المختلفة داخل الأسرة ، تترك ظلالها على التفاعل الاجتماعي لأفرادها في الحياة الاجتماعية العامة ، من خلال الخبرة المعاشة للفرد وسط أسرته ، المتسمة بالتقبل والود والمحبة ، و عكس ذلك التفاعل ، يكون له الأثر الأكبر ، في تبلور سماته الفرد الشّخصية ، وكذلك تحديد مسار نمو قدراته العقلية ، من هنا ولأجل هذه الأهداف المصيرية ،كان لابد من الإشارة إلى أن الحياة العّاطفية للفرد ، وتبعاً للتقارير والدّراسات الإحصائية ، التي يشتغل عليها الدّارسون ، من خطط تنمية الموارد البشرية ، تؤكد على أن الأسرة المعاصرة ، تتعرض لضغوط كثيرة في جوانب العيش ، وكذلك العّلاقات الاجتماعية المختلفة .. فهناك مؤشرات على ارتفاع نسب المشكلات الزوجية ، بدءاً من العزوف عن الزواج ، أو تأخر سن الزواج إلى ارتفاع معدلات الطلاق في حال الزواج ، مما له انعكاساته المباشرة على التكوين النفسي للأطفال ، والذي يتضح كذلك من خلال المشاكل النّفسية في الطّفولة المبكرة ، وتعقد آثارها لتنعكس على مسار نموهم التّعليمي فيما بعد . من هنا تأتي هذه الدراسة على موضوع الصّحة العّاطفية ، علّها تسلط الضّوء على جوانب ذات صلة ، أملة أن تغتني الرؤية في تناولنا لهذا الموضوع الهام ، نظرياً وميدانياً ..

وقد لمست ضرورةً ،لإفراد كتاب يتناول الموضع من مختلف حيثياته ، نظراً لقلة الكتب والأبحاث في العربية حول ذلك ، وكثرتها في اللغات المختلفة ، والتي بدأت من عام (1995) مع أبحاث مارتن وهينلي /henly,martin/ وكذلك أبحاث جولمان /jolman/ عام 2000م المتصلة بمواضيع ذات صلة حول مهارات الذّكاء

العّاطفي ، وأثرها على التّكيف وزيادة الإنتاج ، وكذلك أيضاً لابد من الإشارة إلى أبحاث /solovey/ عام 2001م التي أكدت على أن الانفعالات ، لها علاقة وثيقة بالصّحة النّفسية والجّسدية ، وبذلك فإهمال دراسة الحياة العّاطفية عند مواجهتنا لأي اضطراب نفسي تتجلى أعراضه ، بتموضعات جسدية بدءاً من الاكتئاب ، والقلق ، وأشكال العصاب المختلفة كالهستيريا والوساوس ، وكذلك من مثل اضطرابات جهاز الهضم ، والجهاز التّناسلي ، ولاسيما كثرة سرطانات الثّدي عند النّساء في الحياة المعاصرة ، حيث الاضطراب الانفعالي يترك رواسبه على الجّسم البّشري ، مما يستدعي الوقوف بأهمية واجبة على تطور الاهتمام بالصّحة العّاطفية ....ومن الدّراسات العّالمية في هذا الشأن ، دراسة وولف ودراسكت / wolf,druskat/ عام 2001م ، والبرامج التي تبنتها الدّراسة ، بهدف تنمية المهارات العّاطفية المختلفة ، والتي تدلل على أهمية امتلاك إنسان اليوم لمهارات الذّكاء العّاطفي في تسيير شؤون حياته اليومية ، من كون امتلاك الأفراد لهذه المهارات ، تمكنهم من امتلاك أدوات النجاح المهني والاجتماعي والأكاديمي ، وبالتالي تكون الثّقافة حول حياتنا العّاطفية عوناً على التّكيف مع الذّات ، ومن ثم مع الآخرين من حولنا ، وتجعلنا أكثر استمتاعاً وتمتعاً بحظ أوفر بمقومات الصّحة النّفسية .....

لمحـــة حـــول فصـــول الدراســـــــة

تزداد عواطف الإنسان ، أو تنضب تبعاً لأمور عدة منها تجربته الشّخصية ، فمن خلال تنوع خبراته ومحطاتها الاجتماعية منها والعملية ، وبذلك تعمل العّواطف على تعديل السّلوك وتوجيه الدوافع الفطرية والمكتسبة ، بما يتفق وقيم المجتمع الذي يعيش به الشخص ، كما أن العواطف تُكسب الإنسان القدرة على الانتظام والثّبات في سلوكه العام ، مما يسهم في التنبؤ بمواقفه تجاه الأمور المهمة التي تواجهه في حياته ، نحو عائلته أو أصدقائه وحتى مهنته وانتمائه الإنساني العّام سواء بسواء وبتآذر كبير حتى يتحقق تكيفه الانفعالي للمستوى المطلوب لآداء ما هو مطلوب منه .

و هذا الكّتاب يأتي كمحاولة للوقوف عند دراسة الصّحة العّاطفية ، وأهميتها في تحقق التّكيف النّفسي الاجتماعي في الحياة المعاصرة اليوم ، نظراً لتنوع المؤثرات والمثيرات في الحياة اليّومية ، والصّراعات المعاشة في التّقليل من أثرها بغية تحقيق التّوافق والانسجام مع محيطنا القريب ، وسعينا الأكيد للتّوافق مع المحيط البعيد الذي لا يمكننا التّعثر في تجاهل أثاره إذا أقصيناه بعيداً ..

يضم هذا الكتاب ثمانية فصول تبحث المواضيع التّالية :

الفصل الأول : يبحث أهمية دراسة الصّحة العاطفية عنوان الكّتاب كمفهوم أساس للتّكيف في الحياة المعاصرة ، ويوضح علاقة الذّكاء العّاطفي بمدى تحقق الصّحة العّاطفية ، كما يعرض لأهمية النّمو العاطفي في الطّفولة المبكرة ، ومراحل وكيفية نمو الأنا والهّوية .

القصل الثاني : يبحث في أبعاد الذّكاء العّاطفي ، وتأثير العواطف على التفكير ،كما يوضح الحدود القاصلة بين الذّكاء العاطفي ، والذّكاء العام .

القصل الثالث : يتناول الصّحة العاطفية عبر الأسرة ، حيث يستعرض مراحل التّربية العاطفية داخل الأسرة ، كذلك يعرض لنمو الهّوية الجّنسية كمحطة هامة في النمو العاطفي ، بالإضافة إلى عرض الدواعي لأهمية الصّحة النّفسية في حياة الأسرة ، بالإضافة إلى عرض للعلاقات الأسرية القريبة والبعيدة ، وأثر هذه العّلاقات على تحقق الصّحة العاطفية .

الفصل الرابع : يدرس الصّحة العاطفية عبر المدرسة ، من خلال الأبعاد التّالية : التّنشئة المنهجية للناشئة وعلاقتها في تحقق الصّحة العّامة ، يقف هذا الفصل عند ردود الفعل الدّفاعية على مقاعد الدّراسة ، وكذلك عرض لأعراض صعوبات التّعلم الانفعالية والاجتماعية ، ودراسة الثّواب والعقاب في المدرسة ، وأثرها على الصّحة العاطفية ، كيفية تنمية وتطوير مهارات الذكاء العاطفي عبر المدرسة ، وتبيان المواصفات الأساس لبيئة المدارس الذّكية ، وكذلك الممارسات التي تؤثر على نمو الذّكاء العاطفي .

الفصل الخامس : يعرض لمحور الصّحة العاطفية من خلال التّنشئة الاجتماعية ، وذلك من خلال توضيح لمظاهر الصّحة النّفسية والاجتماعية ، مقابل عرض مظاهر الاضطرابات الشّخصية في صورتها الاجتماعية ، بالإضافة إلى تنمية الذّكاء العاطفي عبر الحياة الاجتماعية ، وتبيان المحاور الهامة في تقييم الذكاء العّاطفي الاجتماعي .

القصل السّادس يدرس الصّحة العاطفية في الحياة المهنية ، من خلال التّعريف بالذّكاء العاطفي والذّكاء المهني ، توضيح لعلاقة الذّكاء العاطفي بالانجاز المهني ، كما يعرض تأثير الذّكاء العاطفي على الإدارة النّاجحة .

الفصل السّابع : يعرض لأهم الاضطرابات العاطفية والسّلوكية ، بالإضافة إلى البرامج المعمول بها للتخفيف من حدة هذه الاضطرابات ، وتجاوز هذه الاضطرابات وصولاً لتحقيق الصّحة العاطفية ، وبالتّالي تحقق التّكيف النّفسي الاجتماعي ،كما نبين في هذا الفصل أن تحقيق الصّحة العاطفية يعدّ وقاية من الصّدمات النّفسية .

الفصل الثامن : الفصل الختامي يقدم قراءة كلية للموضوع ، وتبصر لأعمال مستقبلية في هذا الموضوع .

وأخيراً ، آمل أن أكون قد طرحت في هذا الكتاب أفكاراً جيدة ، وجديدة . تبرز أهمية الصّحة العاطفية في حياتنا اليومية ، وذلك بغية تحقيق أهم أهداف الحياة العّصرية اليوم ألا وهو /التّكيف/ الذي تُبنى عليه كل مقومات النّجاح والسّعادة ، والانجاز من الطّفولة ، وعبر كل المراحل العمرية .

الفصل الأول: الصحة العاطفية والمفاهيم المتصلة بها

1- التعريف بالصحة العاطفية

سوف أتناول موضوع الصّحة العاطفية بدءاً من التّعريف بالمفاهيم المتصلة بهذا الموضوع ، وأبدأ بمفهوم العاطفة .

يتضمن مصطلح العاطفة : "affect" الحديث عن الحالة العاطفية مؤلمة كانت أم سارة ، غامضة أو بينة بدت على شكل شحنة كثيفة ، أم على شكل نزوة عامة ، بحيث كل نزوة تفصح عن نفسها ، وتبعاً "لفرويد" عالم النّفس التحليلي ، تعرّف العاطفة بأنها : التّعبير الكثيف عن كمية الطّاقة النزوية وتغيراتها ، فقد كان لتناول فكرة العاطفة أهمية كبرى من عام 1895 م ، ومن خلال أعمال برويز أستاذ "فرويد" حيث من بعده أكملها "فرويد" في دراساته الأولى حول الهستيريا ، فقد أضاف "فرويد" أهمية كبرى من خلال اكتشافه للقيمة العلاجية للتّصريف ، إذ كان يردّ أصل العّارض الهستيري إلى حدث صدمي ، لم يقابله تفريغ ملائم بمعنى عاطفة محاصرة ، حيث أكدت الأبحاث النّفسية التحليلية ، ولاسيما أبحاث "فرويد" أن العاطفة : لا ترتبط بالضّرورة بالتّصور فهو يضمن انفصالهما . إذ أي تصور بدون عاطفة أو تصور بدون عاطفة يكوّن مصيراً مختلفاً لكل منهما ، مما يشير إلى إمكانات مختلفة لتحول العاطفة إلى ثلاث آليات :

- إقلاب العواطف ، كما هي الحال في هستيريا الإقلاب .
- إزاحة العاطفة ، كما في هو الحال في الهجاس .
- تحول العاطفة ، كما في عصاب القلق والسّوداوية ، حيث منذ أيام "فرويد وبروير" استخدمت فكرة العاطفة وفق منظورين :

الأول : كقيمة وصفية تدل على الصّدى الانفعالي ، للتّجارب الشديدة عموماً .

الثاني : كقيمة كيفية في التّوظيفات ، بحيث تكون هي وحدها القادرة على تبيان استقلالية العاطفة ، بالنسبة لتجلياتها المختلفة ، وذلك وفقاً لأبحاث "فرويد" الماوراء نفسية في عام 1915 ..

ومن كل ما تقدم نخلص لتعريف نفسي تحليلي للعاطفة بأنها : ترجمة وجدانية ومظهر عملياتي متعلق بالطّاقة التي تحدد وجوده ، فقد أوجد "فرويد" مصطلح موازي للعاطفة كما يلي متمثل ب "مقدار العاطفة" الذي هدف من خلاله ، للدلالة على الطّابع الاقتصادي للعاطفة بحد ذاته ، حيث وجد أن هناك تطابق بين العاطفة والنّزوة ، باعتبار أن هذه الأخيرة قد انفصلت عن التّصور ، كي تجد تعبيراً ملائماً لكميتها في عمليات تظهر لنا على شكل عواطف .

كما استفرد "فرويد" بالدّراسة حول العاطفة الواعية ، والشّعور اللاواعي ، فقد وضح أن العاطفة اللاواعية يعاش فيها ، نتف هزيلة لم تتمكن من الوصول إلى النّمو ، وبحيث تكون العواطف إحياء لأحداث قديمة ، ذات أهمية حيوية وسابقة على الفرد ، شبيهة بنوبات هستيرية نمطية وفطرية (قاموس المصطلحات النّفسية التّحليلية ، مصطفى حجازي ، 321) .

ولما كان "فرويد" يجد من أهم مقومات الصّحة النّفسية أمران هما : القدرة على العّمل ، والقدرة على الحب ، لذا مفهوم الصّحة العاطفية يشير إلى معنيي التّكيف الصّحي المتمثل بصحة الإنسان الجّسدية التي تنعكس على صحته العّامة ، والتّكيف الاجتماعي بحيوية ، أي عبر مبادلة العّواطف مع الآخرين ..هذا المعنى المزدوج للصّحة النّفسية يعود إلى :

- نظام نفسي متصل بتعابير التّطور الأمثل ألا وهو العمل كمعطى إنساني ، لأنه مركز على جهد الإنسان .
- الصّحة بالمعنى الاجتماعي ، متمثل بالقدرة على العمل والحب ..

لقد كان من أبرز انجازات النّظرية النّفسية التّحليلية ، المساواة بين الصّحة الإنسانية والصّحة الاجتماعية ، من خلال انتقاده لكل ما يؤدي في المجتمع إلى تشوه الإنسان ، ويهتم بالسّيرورات التي تؤدي إلى تكيّف المجتمع لحاجات الإنسان ، لا تكيّف الإنسان لحاجات المجتمع .

بتفحص الظّواهر السّيكولوجية التي تشكل مرض المجتمع المعاصر ، يمكننا أن نحصي الاغتراب ، القلق والوحدة والخوف من الأحاسيس العميقة ، ونقص النّشاط وقلة الفرح ..

الميل للبحث عن إشباع جنسي مؤقت جزءً من بنية الاستهلاك..

لكن مؤخراً ارتبط الحديث عن الصّحة العاطفية ، بالحديث عن الذّكاء العاطفي والاجتماعي ومقومات الشّخصية ... لذا سأعرض لمفهوم الذّكاء العاطفي تبعاً لأبحاث علماء نفس أمريكان ،ممن كانوا أول من روجوا لهذا المصطلح :

الذّكاء العاطفي : المقصود بالذّكاء العاطفي تبعا لبارون (2000)م ، هو مجموع القدرات المتعددة المرتبطة بالمكونات الانفعالية والشخصية والاجتماعية

، بحيث تتكامل محاور الذّات ، في بناء العلاقات مع الآخرين ، والتكيف مع المتغيرات البيئية المحيطة بنا ، لتتسع إلى مفهوم الصّحة العاطفية المتمثلة في إدارة العّواطف . إن تعريف "بارون" هذا ، يستند إلى الأبحاث المبكرة لعالم البيولوجيا الشهير / داروين/ حول التّعبير الانفعالي ، لبقاء الكائن الحي وتكيفه مع البيئة ، وقد تأثر "بارون" كذلك بأفكار "ثورندايك" في ثلاثينات القرن الماضي ، حول الذّكاء الاجتماعي، وأهميته في أداء الفرد ، وكذلك أبحاث /فكسلر/ 1940م . حول القدرات اللا معرفية للذّكاء ، والمقصود بها العّواطف الشّخصية والاجتماعية ، التي تعتبر مستوى هذه القدرات اللا معرفية ، عاملاً أساسياً في التنبؤ بقدرة الفرد على النّجاح في الحياة ..أما أبحاث (جون ماير وبيتر سالوفي 1985م) حول الصّحة العاطفية ، اللذان أشارا من خلال هذه الأبحاث إلى نقاط هامة حول الصّحة النّفسية والتّربوية من مثل :

– القّدرة على التّعامل ، مع المعلومات العاطفية، من خلال استقبال هذه العواطف، واستيعابها وفهمها وإدراكها ، فالقدرة على قراءة العواطف من خلال التّعبيرات الجّسدية كتعابير الوجه، نبرة الصّوت، حركات الجّسم، المقطوعات الموسيقية ، الحكايات والقصص ، التي تسرد في الحديث العام ، كل ذلك مداخل هامة ، للتعبير الدّقيق عن العواطف، وكذلك تعطي القدرة على التّعبير ، عن الحاجات النّفسية المرافقة لهذه العواطف .

وللعواطف وظائف مختلفة من خلال ما تقوم به من مثل :

– ترتيب المنظومة الفكرية للشّخص ، وتوجهه للمعلومات الأكثر أهمية.

– العواطف الفعالة ، تؤثر في عمل الذّاكرة ، من حيث ما يسمى بالذّاكرة الاصطفائية .

– الحالة العاطفية التي يعيشها الشّخص ، تؤثر على تقبله لوجهات النّظر المختلفة ، الصّادرة من الأشخاص المحيطين به ، والذين يتفاعل معهم من حسب المواقف المعاشة ، وكذلك من خلال التّوجهات العاطفية التي يبدونها له .

فالمواقف المريحة تشجع على ابتداع الحلول الجّديدة في الحياة اليومية ، و العواطف في حياتنا اليومية كشرقيين تعتبر المحرك الأهم لاستمرار وجود الأشخاص ، في حياة بعضهم البعض ، من حيث كون العلاقات الاجتماعية تشكل محكاً أساسياً في معاشنا وقيمنا العامة ، لأجل ذلك من المفيد الوقوف عند العواطف المتداخلة ، والمعقدة عند الأشخاص ، كما هو الحال في اقتران مشاعر الحب بالكره ، واقتران انفعال الخوف بعنصر المفاجأة ، لأن المقدرة على ملاحظة تبدل العواطف ، من حال إلى حال، والتّمكن من ضبطها حسب ما تقتضيه المواقف، كمؤشر هام من مؤشرات السّلامة العاطفية والنّضج العاطفي ، وهناك عناصر أربع تؤثر على النضج العاطفي المقترن بالشخصية السوية ، و هذه العناصر ، وكما حددها (جون ماير وبيتر سالوفي 1995 م) تتمثل ب :

1. الحّساسية العاطفية.
2. الذّاكرة العاطفية.
3. العّمليات العاطفية.
4. القدرة على التّعلم العاطفي.

أما الأخطاء العاطفية : فهي التي تؤدي إلى مضار كبيرة في حياة الشخص ، وتنم حتماً عن ضعف في الذكاء العاطفي .

لكن وخلال العمل النفسي العيادي كنت أجد : حالات كثيرة من أشخاص يمتلكون ذكاءً عاطفياً ذهنياً ، إلاّ أن لديهم خللاً في حياتهم العاطفية ، فنجدهم يرتكبون أخطاءً عاطفية كبيرة ، بسبب امتلاكهم عواطف مختلفة كالغضب ، والخوف، والخجل، والخجل وغيرها من الانفعالات السلبية التي تجعل أصحابها يتصرفون بطريقة حمقاء ، من خلال المشاهدات السّريرية ، لحالات متعددة لأشخاص تعرضوا لصدمات نفسية ، نتيجة الضرر النفسي المتكرر ، الذي يتلقاه أحدهم من شخص قريب ، مما يجعل هذا الشخص في حالة من الحذر ، وعدم التفاعل مع العواطف المحيطة ، كما نجد الكثير من الناس يعيشون في حالة صدمة شبه مزمنة ، من جراء مواقف نفسية حدثت في الطفولة ، وتسببت لهم بآثار مؤلمة ألقت بالسلبية على حياتهم العاطفية ، من مثل التعرض لتحرش جنسي ، ولاسيما من الأقرباء ، فمن جراء ذلك لم يعودوا يذكروا كيف شعروا بهذه الخبرات ، فتبقى مسببةً لهم الحصر والامتناع عن أي تفاعل عاطفي ، ومرات قد تودي بهم إلى الانحراف العاطفي المؤدي إلى الانحراف الجنسي ..

2- أهميـــة دراســة الصحـــة العاطفيـــة في الحيـــاة المعاصـــرة

تأتي أهمية دراسة الصحة العاطفية ، من أهمية دراسة الأفكار اللاحقة بالتطور الذي ابتكرته عبقرية الإنسان، الذي لا يمكن تجنبه أو التراجع عنه ، و ما ينبغي علينا القيام به ، هو مواجهته بالوسائل الحضارية التي أوجدته، لذا كان على الإنسان العصري اليوم ، أن ينمّي قدراته، ومهاراته العاطفية الفطرية ، ويطّورها إلى أقصى الحدود ، بما يتناسب مع معطيات الحّضارة الحّديثة اليوم، مما يذلل عليه الكثير من الصّعوبات في التعامل مع الآخرين ، ويشكل لديه وقاية من الصدمات النفسية. في دراسة قام بها بعض الأخصائيين النّفسيين على طلاب عدة في جامعات الولايات المتحدة الأمريكية ، بإشراف (هيلين دوتش)، هذه الدّراسة تذكر : أن عدد كبير من طلاب الجامعات ، يتناولون المّخدرات ، و أنهم يفضلونها، على ممارسة العّلاقات الجّنسية ، بغية ملء الفراغ من وقتهم ، و قد عبروا عن قدر كبير من اللامبالاة ، تجاه العّلاقات الجنسية ، التي هي بالنسبة إليهم قليلة الإثارة ، لأنها سهلة المنال ، و في متناول الجميع و قصيرة اللذة ، إذ يصبح بذلك تحقيقها أمر عادي ، ويفقد الجاذبية واللذة.

(هيلين دوتش): تضع السّلوك الجنسي في مرتبة أقل، لبعض فئات المراهقين في الولايات المتحدة الأمريكية، الذين انطلقوا في دروب الثّورة الجنسية حسب تعبيرها، إذ أطلقوا للغّريزة الجنسية العنان ، و حيّدوا جانباً العناصر العاطفية التي من شأنها أن تجذب تلك الغريزة، و تقول (دوتش) تحت عنوان (كارثة نفسية) أنني لم أشاهد قط شباناً و شابات، تبدو على ملامحهم التّعاسة، أكثر من هؤلاء ، إذ أنهم يتألمون بشكل واضح ، نتيجة الحرمان العاطفي ، الذي لحق بهم من جراء الحياة الحديثة اليوم ، و بالتالي فقدوا طعم الإثارة الجنسية، التي يزعمون أنها حرة ، فحالات الإدمان بينهم انتشرت، لما كان الإشباع الجنسي ، لهؤلاء الشّباب، ممن هم في مقتبل العمر غاية في السّهولة، و لم يعد يجلب لهم أي اكتمال عاطفي .

لذا دراسة الصّحة العّاطفية تمكننا ، من معرفة الذّات ومعرفة جوانب الضّعف والقوة حولها. وهذا ما تُعبر عنه دراسة (دوتش)، فهي لا توضّح فقط حاجاتهم لتعاطي المخدرات، بل لعدم اهتمامهم بالجنس الطبيعي ، و بحثهم المتزايد عن الانحرافات الجنسية أيضاً.

وهناك الكثير من المحللين النّفسيين ، تنبهوا لذلك أمثال (إريك فروم وسولفان، وهنري) ، وأكدوا على ما تفرضه الحّضارة الاجتماعية ، على الفرد من قيود ، تعطل نمو شخصيته، وتمنعه من إظهار إمكانياته ، وأكدوا على أن أي تهديد للعّلاقة بين الفرد والمجتمع ، يعتبر خطراً يثير قلق الفرد، ويدخله في صراعات شتى ، تهدد استقراره الحياتي، وتضعف إنتاجيته ، فلما كان لكل شخص، نظام إدراك خاص به ، يتميز عن مدركات الآخرين ، بحيث تكون خبراته حصيلة المعارف ، و المشّكلات التي خبرها ، و عاشها في حياته الواقعية ، لذلك فإن لكل شخص نظام خبرات خاص به ، كما أنه يشترك بذلك مع المقربين إليه ، والذين تشملهم معه علاقة مباشرة، تخضعه لتأثيرات متقاربة لا يستطيع ردها ، وبذلك يكون نمط الخبرات التي تخص الموضوع الجنسي ، ضمن إطار اجتماعي معين ، يحدد صيغ التعامل الاجتماعي مع هذه القضية ، و حدود لا يمكن تجاوزها ، ففي حال الإثارة الخارجية التي تظهر الجنس للشبان ، بحيث تجعلهم في استجرار لاستجابة جنسية ، وصولاً لتحقيق استجابات لحاجات عاطفية، نتيجة تهيج الدافع الجنسي ، إذ أن الإثارة الخارجية تحث البعد العاطفي ، وبذلك يحدث الصّراع الدّاخلي عند الشاب نتيجة الخلفية الثقافية الجنسية، التي تجعله تستلذ بالعلاقة العاطفية، ويبدأ الاصطدام بينها ، و بين العلاقة التي يرغب ببنائها ، و نجد أنه حين يضجر الشّخص نتيجة عدم استطاعته تلبية رغباته نظراً للتقاليد الاجتماعية ، يواجه مشكلة تقدير الذّات ، ويعيش مشاعر قاسية ، من جراء الكبت لما استيقظ من أحاسيس في جسده ..



3- محـــاور الصحـــة العاطفيـــة

ينطوي تحقق الصحة العاطفية على معيارين هامين ، هما :

1- التّكيف النفسي والاجتماعي

2- النجاح المهني

ولما كانت الحياة العصرية ، قد وضعت الإنسان في تحديات عاطفية وانفعالية جديدة ، من خلال مشاعر الغضب ، والانفعالات المختلفة، المرافقة لتكوين الفرد العّاطفي ، إذ أنه لم يسبق للطبيعة الإنسانية، أن اختبرت إمكانية إثارة الغضب ، مثلما نشاهده اليوم من جراء ضغوط مختلفة للحياة العصرية ، بدءاً من مواجهة ازدحام المرور في المدن ، إلى مواجهة كم السلع الاستهلاكية الزائدة عن الحاجة ، التي لا يستطيع المرء مقاومتها مثل ماركات الهواتف المحمولة أو أنواع السّيارات المختلفة ، وغيرها كثير من الأنواع المتعددة للماركات التي لا حصر لها ، والتي تضعف المرء في خضوعه للعبة الإغراء ، من خلال مثيرات اللون ، وطرق عرض المنتجات الذي لا يثبت على حال ، أو مشاهدة المحطات الفضائية ، التي تجعل من الفرد مرات يعيش خارج الزمان والمكان ، وهذا من أكثر الأسباب المسببة للتأزم النفسي ، و كذلك ألعاب الفيديو والانترنت التي تغرق الشخص ، في بحر لا شاطئ له ، على رأي الشيخ الأكبر "محي الدين ابن عربي " ، ولا تخفى مشاكل التّلوث البيئي ، الذي تصعّب الحياة المعاصرة ، مما تنتجه من أمراضٍ مختلفة ، تشكل كابوساً على حياة الأفراد ،

هذا هو واقع حال المرء في الحياة المعاصرة اليوم ، من حيث مشاكل التّكيف المختلفة ، الناتجة بدرجة كبيرة من كم المعلومات الذي يتلقاها ، من خلال شبكة المعلومات من جراء ما تثيره لديه من الانفعالات الإنسانية السّالبة ، إذ ونتيجة للسّلوكيات المتشكلة من جراء اطلاعه على هذه المعلومات غير المضبوطة ، و مظاهر السّلوك المختلفة للأفراد أينما كانوا ، تزيد لديه الإثارة الانفعالية من خلال الاستثارة الدماغية المتواصلة ، وفي هذا السّياق أذكر ما قدمه (طلعت منصور) في أحد ورشات العمّل حول التّنمية والصحّة النّفسية ، من خلال ورقة عمل بعنوان " الصحّة النّفسية كسياسة اجتماعية من أجل جودة الحياة"، فقد قدم مقاربة مستقبلية في هذا الصدد ، تحمل تغيراً واضحاً ، إذ انطلق من مقاربته هذه ، من متطلبات عصر الانفتاح العالمي، وما يفرضه من معايير الجودة ، وإدارة الجودة الشاملة، والإنتاجية عالية الجودة ، القادرة وحدها على الصمود في وجه تيار التنافس العاصف ، إن الجودة الإنتاجية العالية ، مشروطة بالضّرورة بجودة الأداء الإنساني ، وبالتالي بالكفاءات النّفسية ، الواجب توافرها لدى الإنسان المنتج لإنجازها (منصور) يذهب إلى أن : جودة الحياة المادية ، تتكامل مع الجّودة النّفسية، ليتم تقديم نسق من جودة الحياة ، فمن هنا بات شائعاً اليوم القول : (بنوعية الحياة) وأثرها على مستوى الفرد والمجتمع ، وكأساس للتنمية البشرية ..

وكلام "طلعت منصور" يتوافق مع ما يؤكده (هوارد جاردنر) صاحب نظرية الذكاءات المتعددة عندما يقول : حان الأوان كي نصرف وقتاً أقل ، في تصنيف قدرات الأطفال ، ووقتاً أطول في مساعدتهم على اكتشاف كفاءاتهم ، ومواهبهم الطبيعية وتنميتها ، فهناك المئات من طرق النجاح في الحياة ، وهناك العديد من القدرات المختلفة ، التي تساعد على الوصول إليه ، فهذه الدعوة التي يقدمها (جاردنر) تعتبر أهم إسهام يشكل توجه عالمي يمّكن نمو مهارات الطفل ، من خلال مساعدته التوجه في مجال ، يتناسب أفضل مع ما يمكن مع نواحي موهبته ، وقدراته المختلفة ، ليكون سعيداً ، أو ناجحا ً، وفي هذا الطرح نجد هناك الكثير من الباحثين النفس تربويين يتفقون مع هذا الاتجاه من مثل : (جولمان1997م) الذي يؤكد أن على المدارس اليوم أن تقوم بتنمية مهارات الحياة والنّجاح فيها ، ومن أهمها مهارات الذّكاء العاطفي ، التي تسهم في تحقيق قطاعاً كبيراً من الصحّة النّفسية والعاطفية ، وفق المقومات التالية :

1. الاستبصار الذاتي : من خلال معرفة الحالات الوجدانية والوعي بها ، لما له دور في توجيه الذات نحو اتخاذ القرارات الصحيحة.

2. القدرة على التحفيز الذاتي : من خلال تعزيز المواقف الإيجابية في الحياة ، مما يخدم أهداف بناء المشروع الوجداني ومتطلباته.

3. القدرة على ضبط الانفعالات والتعامل مع الضّغوط النّفسية ، والتّسلح ضد القلق الذّي يعترضنا من جراء شدائد الحياة

4. تفهم الآخرين والقدرة على التعاطف معهم ، وتلمس خبراتهم الوجدانية واستيعابها ، التي تشكل الأساس في التّواصل الإنساني.

5. القدرة على إدارة العلاقات ، والتّفاعلات مع الآخرين ، مما يشكل أساس الكفاءة الاجتماعية، ويعزز شبكة العّلاقات والقدرات القيادية، ويقويّ مشاعر الالتزام والانتماء.

لقد أصبح اليوم مؤكداً ،ومما لا شك فيه من جراء العديد من البحوث والدّراسات ، أن تعلّم هذه المهارات يعكس مستوى جيد من الصّحة النّفسية ، يتم تعلمها حسب ما يقوله(جولمان) كتعلّم المواد الدراسية، ومن المؤيدين لهذا الاتجاه (هيلي) مؤلفة كتاب "العقول في خطر" عام (1995م) والتي تؤكد فيه على ضرورة تلازم مساري التّعليم الأكاديمي والتّعليم الوجداني ، من خلال توفير محيط عاطفي للتّعلم ، يعزز كفاءات التلاميذ العاطفية ، لأن الاهتمام بالذكاء العاطفي ، بكل ما يتضمنه من مهارات نفسية اجتماعية ، من كونها تعتبر عنصر اساسي لتنمية المكتسبات الفردية ، والتي هي من أهم الأولويات ، التي ترفع كفاءات التّلاميذ الأكاديمية بالمقابل.

وهناك أبحاث أخرى تشير إلى أن هناك تكاملاً ، ما بين التّفكير والانفعال ، وهما بالتالي ، اللذان يوفران القدرة الفعلية، على التّعامل مع قضايا الحياة، ومجابهتها بالفاعلية المطلوبة.

من كون الدّهن المفكر ، لا يعمل بحالاته الجيدة التي تتضح في الذّكاء الظّاهري ، عند التّعامل مع المشكلات التي نعايشها بشكل يومي ، هذا العّمل العّقلي، لا يعمل بكفاءة إلا بمقدار شراكته و نشاطه ، وبالتآزر والتّكامل مع الذّكاء العاطفي ، فعندما تَنشط هذه الشّراكة ،يرتفع كل من الأداء الفعلي ، والذّكاء العّاطفي .و برنامج (هارد ستارت) المشهور عالمياً ، كبرنامج يعدّ من أكثر البّرامج انتشاراً لنشر الصّحة النّفسية ، يوضح التّكامل بين الأدائيين الدّهني و العّاطفي ، والجدير بالذّكر أن هذا البرنامج صممته جامعة (جورج تاون) لحساب دائرة الطّفولة والأسرة ، هدفه الرئيس إدماج الصّحة النّفسية ، في كل مجالات وأبعاد البرنامج الدّراسي ، من كونه يقدم استراتيجيات ، ويقترح أنشطة ، ويعدد موارد تُخدّم جميعها هذا المشروع ،كما أنه يهتم بأبعاد مختلفة ، هي بمجملها أبعاد متصلة بالصّحة النّفسية ،كما يلي :

1) الأبعاد الانفعالية : هذه الأبعاد متصلة بالبحث حول ماهية ما نشعر به ، وكيف نعبّر عن خبراتنا الوجدانية ، ونهتم بالحديث عن القدرة على حل المشكلات الانفعالية السّلبية . إذ أن الجنس يغوص عميقاً في الجّذور النّفسية ، و كذلك فإن هذا الدّافع القوي يحتاج إلى إشباع ، أمام التّنظيم الاجتماعي السّائد ، فيصبح الاصطدام حتمياً و مباشراً ، من جراء عدم القدرة على التّوفيق بين الحاجة و إشباعها ، و بين الحاجات الأخرى في المجتمع ، و بذلك يصبح من

الضّروري عدم تجاوزها ، لما في ذلك من أذى مادي و نفسي ، فالنّفسي يبدأ من صراع الحاجات البيولوجية الجنسية ، و الحاجة إلى اعتراف المجتمع بهذه الحاجات ، لذلك تبدأ معاناة الشّباب من خلال كون إيقاع هذه الحاجات قوياً لديهم ، فيبدأ كالمحور الصّاعد من الحاجة البيولوجية ، ليدخل في الجانب الانفعالي ، و من ثم يأخذ شكله ، ضمن أنماط التنظيم والحياة الاجتماعية.

2) الأبعاد الاجتماعية : التي تتضمن العمل على تكوين علاقات اجتماعية صحيحة ، وتنمية مهارات التّفاعل المناسب ، والتّواصل الاجتماعي السّليم ..

3) الأبعاد المعرفية : التي تتصل بتنمية القدرات الذّهنية ، والقدرة على التّعلم من خلال تعلم مهارات جيدة ، وتنمية الفضول المعرفي ، وحُب الاستطلاع والتّعلم ، وتعطي أهمية خاصة لمهارات حل المشكلات ، والقدرة على تعلم كيف نتعلم .

4) الأبعاد المهنية : التي تعنى بتنمية الإنتاجية والإسهام في تطوير البيئة الطبيعية والاجتماعية ، من خلال تنمية فرص العمل المختلفة وبأجور عمل أفضل.

5) الأبعاد الروحية : والتي تتصل بالحاجات الرّوحية والنمو القيمي ، والمثل العليا والروحانيات، الموجهة لإغناء فلسفة الحياة.

ومن جراء تلك الدراسات والبحوث ، نستطيع التأكيد على القيمة التي باتت تعطيها دول كثيرة ، لدراسة الصّحة العاطفية ، في حياة الأفراد العّامة أو الخاصة ، من كونها تشكل أساساً جوهرياً ، في تفعيل قدراتهم و مهاراتهم الشّخصية ، لتكون حجر أساس ، في التّكيف مع تعقد الحياة المعاصرة .

فمن السّلوكيات المضطربة ، التي تؤثر على التّكييف الاجتماعي ، يمكن الحديث عن أطفال المؤسسات الدّين يعانون الحرمان من العناية المنتظمة ، والدّين توجد لديهم عوارض الاكتئاب ، العائد لا إلى افتقار الطّفل للإشباع البيولوجي ، بل يؤكد على افتقاد موضوع الحّب وهنا تكون أزمة هذا الطّفل ، التي تكمن في الرّغبة في الحصول على الإشباع ، وهذا الإحباط الذي يتكرر في عدم تلبية موضوع الحب ، يؤدي بالطّفل إلى كراهيته لذاته ، التي تولد معها بالتأكيد كراهية للآخرين ،.

إن مرحلة الإشباع البيولوجي ، هي المرحلة الأساسية التي تعبر عن هذه المّشاكل ، والممتدة بين عمر الميلاد ونهاية السّنة الرّابعة.. من كون العلاقة التي يحتاجها الطّفل مع أمه أو مربيته (بديل الأم) في حال فقد الأم ، أهم من الحليب والغذاء المكون للتكوين الجّسدي ، لأن الطّفل من خلال العّلاقة الحميمة ، تنمو لديه الطّمأنينة اللازمة في التّعامل مع المتغيرات الجديدة ، في الحياة العّامة والخاصة ، من خلال التّنشئة القيمية والغير المستعجلة على نمو طفلها ، بل

تعطيه الوقت الكافي ، في الاستكشاف واللعب والاحتواء .. ومن الأمثلة العيادية على غياب الأم : ما يشعر به طفل محروم من الأمان والحماية والطّمأنينة ، من جراء غياب الأم القصير وغير المهيأ له ، هذا الغياب القّسري المفاجئ ، حتى لو كان قصيراً ، يصدم الطّفل بأن يجعله مستقبلاً ، شخص متطلب غير مستقر عاطفياً ، يطلب باستمرار المزيد من العّواطف والحماية ،لإشغال الأم به ورد فعل دفاعي من جراء اختباره غيابها السابق ، الذي حلّ عليه وتُرك في الفراغ ، كما نجد بعض الأطفال ، يتشددون لدرجة عدم القدرة على تأجيل حاجاتهم ، ولو لوقت قصير ، ويلحّون على وجوب الإسراع ، في الاستجابة لرغباتهم ،.. وهنا لابد من الإشارة ، أن الحرمان لا يتمثل فقط بغياب الأم الجّسدي ، بل بنوعية العّلاقة مع الأم أصلاً قبل أن يحدث هذا الغياب ، حيث الاهتمام والاستجابة والثّقة بين الوليد وأمه ، هي دعامة تقوي المناعة في بناء الثّقة .. أما في حال كان الغياب طويلاً ،لأحد الأبوين كنتيجة لوفاة أحدهما ، أو نتيجة للانفصال بين الأبوين وعيش الطّلاق ، فإن آثار متعددة تظهر آثارها بوضوح كبير في المراهقة ، المرحلة التي تتصف باستيقاظ العلاقات العاطفية بين الجنّسين ، ومحاولة عيشها واختبارها من مثل :

1. عجز الفرد عن إقامة علاقات عاطفية ثابتة.

2. البخل العاطفي يظهر في تفاعل المراهق مع أقرانه ، لأنه لم يتعرف عليه في طفولته فهو بالتّالي لا يفهم معناه ، فتكون نتيجة ذلك فشل في إقامة علاقة عاطفية ثابتة ، من شأنها أن تؤدي إلى الزّواج مستقبلاً.

وهذا الغياب للأبوين بالنّسبة للطّفل ، ولاسيما الأم ، يجعله قلقاً ، لأن الأم كما يراها علماء النّفس ، هي مادة الغذاء الرّوحي ، والنّفسي والجّسدي للطّفل الوليد ، سيما خلال الطّفولة المبكرة حتى عمر الثّلاث سنوات ، هذا الوقت هام للطفل من كونه ، يكون فيه جاهلاً لنفسه فنمو الأنا غير واضح المعالم ، فالغياب عن الأم يحرمه من التّماهي بالأم ، والانعكاس المرآوي في عينيها ، الذي لا يعي ما هو ، فهو لا يستطيع التمييز بين الغذاء وأمه في عمر مبكر ، إذ تصبح بنظره هي الغذاء . فمثلاً الطّفل المبعد عن أمه منذ الأشهر الأولى ، يفتقد تنمية أهم الحواس وهي اللمس ، حيث أنها أول حاسة يكتسبها الطّفل الجنين منذ الأسبوع السابع ، فينمو جلده بأسرع من عينيه وأذنيه ، وقبل ذلك يكون اللمس عند الجنين وسيلته الوحيدة لإدراك العالم . ففي حال تضرر هذه الحاسة، تذهب بالطّفل إلى أزمات متعددة، تتجلى بصراع بين التّملكية الشديدة ، والقلق الحاد والغضب مستقبلاً ، الذّي يولد لديه الشّعور بالعداوة والسّلوك العنيف ، وهذه العداوة ما هي إلاّ ردة فعل على إحباط عاطفي مبكر خبَره الطّفل ، وهذا الحرمان بالتأكيد يُعيق الطّفل في بلورة إمكاناته ، وتحقيق استقلاليته، ويعزز نزاعاته العدوانية ، أو الخضوعية المستسلمة لتجنب الألم وتأمين الحماية .

4-أهميـــة النمـــو العاطفـــي في الطّفولـــة المبكـــرة و دلالتـــه مستقبـــلاً

السّنوات السّت الأولى من عمر الطفل ، تمثل مرحلة تغيّر لا تضاهيها أية مرحلة أخرى ، على النّمو الانفعالي والمعرفي ، وتكوّن المهارات الأساس الموصلة للتعلم ، ففي هذه الفترة يكتسب الأطفال القدرة على القيام بسلوكيات حركية بالغة التّعقيد ، كما يكتسبون القدرة على التّواصل والتّفكير ، بمستويات مرتفعة من التّجريد ، وحلّ المشكلات ، وإقامة علاقات اجتماعية ، ذات معنى مع الرّاشدين والرّفاق ،كما أن العّديد من مشاكل الصحّة النّفسية لدى الأطفال في هذه المرحلة العمرية ، تبدو في صورة مشاكل في عملية النّمو ، لذا يكون من الضّروري لدى الأخصائيين والباحثين ، أن يقدموا فهماً واضحاً ودقيقاً لعملية النّمو الطّبيعية ، والعوامل المؤثرة فيها ، حيث أن المعرفة المبكرة لاحتمال اكتشاف العلاقات البيولوجية أو الوراثية ، التي ينجم عنها اضطراب في الصحّة النّفسية للطفل مستقبلاً ، فتجنبها واجب على الأسرة توفيره لأبنائها ...

وجدير بنا أن نستذكر بعضاً من الموضوعات الهامة ، التي يجب أن تعتمدها برامج التوعية الأسرية من مثل :

- أهمية وجود الأب ، وأثر غيابه في نمو أطفاله

- تطور سلوك الدّور الجّنسي المناسب للطّفل من خلال التّماهي السّليم مع جنس الوالد المشابه له .

- مواضيع العّلاقة مع الأشقاء ، ولاسيما الأصغر ..

ولا شك أن نجاح برامج التّدخل المبكر الفعالة ، يجب أن تبنى على تلبية حاجات الأطفال العاطفية مثل :

1. الحاجة للحب ، المربية الشّهيرة (مارغريت ميد) تؤكد على ضرورة : أن يخلق الوالدان للطفل شعوراً دائماً ، بأنه محبوب من دون تملك أو تساهل .

2. الحاجة للاستقرار والطّمأنينة من خلال الحب، الذي يعبّد الطّريق الممهدة ،لتحقيق الذّات وشعور الطّفل بالطّمأنينة العاطفية، من خلال موقعه المتوازن بين الأبوين ، وتمتعه بحبهما الذي بالأساس يعكس وضع الوالدين المتحابين، وعواطفهما المشتركة على الطّفل ، بما يعود عليه بالاستقرار والطّمأنينة.

3. حاجة الطّفل إلى الثّقة: لأن شعور الثّقة أول المشّاعر، التي يختبرها الطّفل بين والديه وتحديداً والدته.

4. حاجة الطّفل إلى التّماهي ، لأن الأسرة هي النّموذج الأول ، الذي يستطيع الطّفل أن يحاكيه ويتمثل بصفاته وسلوكه، حيث أن التّماهي هو : الدّعامة الأولى لبناء شخصية الطّفل ، وتفتح ذهنه ونمو إدراكه، كما أن تحقق

هذه الحاجات ، يعتبر مؤشر هام ، على نمو الصّحة النّفسية الجّيدة عند الأطفال في الأسرة، كما يدل على التّوافق في الرباط الزّوجي ،الدّي له أعظم التّأثير في تنمية شعور الثّقة عند الطّفل، الدّي يعتمد على سلوك الأهل ، وأنظمتهم في سير الحياة اليومية ، والحضور المعنوي في حياة أطفالهم يعطيهم التّشجيع المناسب ، ليضعوا أهداف متعددة للنمو ، يسعى الأطفال لتحقيقها من خلال نمو قدراتهم ، كما أن تأثير سلوك الأبوين على أطفالهم أقوى من تأثير الكلام، حيث أن الطّفل يتأثر لبقائه وحيداً ، من قبل والديه، كما يتأثر أكثر في حال الصّراخ في وجهه أو ضربه ، وإيذائه أكثر من سماعه كلمات عاطفية .

وجد الباحثون أن : الرّضع الذين يتركون في الميتم، دون وجود أمهات أو آباء ، يقدمون لهم بعض العّطف والحنان ، ينتشر بينهم حالات الاكتئاب الطّفولي ، وحتى مرات تسجل حوادث انتحار ، وكذلك الحال في الأسر المفككة ، حيث وجد أن نموهم الجّسدي والعقلي والعّاطفي متأخر ، ومن المعلومات الواجب تنبيه الآباء ، و الأمهات إليها ، أن الدّكاء العّاطفي يتشكل منذ اللحظات الأولى لولادة الطّفل ، ولذلك على الأبوين أن يفهما النّمط الحسي الخاص بالطّفل ، الدّي يجعل تواصله مع العّالم الخارجي أفضل ، كذلك تعلمه عبر المّدخل الحسي الذي يتميز به ، و يعطيه فرصة أكبر للنجاح .

إذ أن للألم والحرمان دور أساسي ، في توليد المّشاعر السّلبية أو الايجابية ، تجاه من يحيطون بالطّفل ، وهذه المشاعر بنوعيها ، تنمو مع الطّفل بفعل المؤثرات الأسرية والبيئية المحيطة .

5- مراحـــــل النّمـــــو العاطفـــــــي والانفعالـــــــي

التكوين الانفعالي عند الانسان ،يتضمن أساليب النشاط المتعلقة بالانفعالات المختلفة، مثل : الحب والكره والخوف والغضب، والبهجة والسرور ... والعيش في بيئة آمنة مطمئنة ؛ لان هذه الانفعالات كما يقول(محمد عثمان نجاتي) تقوم بتوجيه السلوك، فانفعال الخوف مثلا يدفع الإنسان إلى الهرب من الخطر، وانفعال الغضب يدفعه إلى الدفاع عن النفس، وانفعال الحب يدفعه إلى التقرب من موضوع حـــبّـــه، وبذلك نجد أن لكل عمر زمني رغباته وحاجاته واهتماماته ، فمنذ الطّفولة المبكرة ، يعتمد الطّفل على الحّب كعنصر أساسي لبقائه ،فالآباء الذين يهدّدون أطفالهم بالتّوقف عن حبّهم لهم ، سيجدون في النّهاية أمامهم أطفالاً خائفين قلقين . من الواضح للجميع أن الأطفال منذ الشّهور الأولى لحياتهم ، يرغبون في تقليد الكبار ،حيث أن تقليد الكبار الرّاشدين ، و اقتباس صفاتهم تعطي الأطفال ذخيرة نفسية في مسيرة التّحرر والانطلاق ، التي يبدأونها بتقليد مثل أعلى أمامهم .

لذلك الحضور الفعلي للأب في حياة أطفاله ، من خلال اهتمامه بالأم الدّي ينعكس على اهتمامها بالطّفل ، يؤثر تأثيراً هاماً في نفسية الرّضيع ، يمتد إلى

جميع المراحل العمرية ، وأهمية وجود الأب في حياة الطّفل لا تقل عن أهمية وجود الأم المطمئنة ، كون مشاركة الوالدين لأدق المراحل النّمائية للطفل ، وذلك من خلال الحوافز النّفسية والعاطفية ، إذ بمشاركتهما العاطفية في تنشئة الطّفل ، تتحدد الأهداف النّمائية السّليمة التي يتوجب على الطّفل الوصول إليها بدءاً من الأشهر الأولى لحياته ، من كونه يدرك جيداً هذه المبادلات العاطفية ، التي تأتيه من مبادلة استجابات والديه ، بالابتسامات والمناغاة والتّدليل ، فيكون هذا التّبادل العاطفي لوالديه ، من خلال تشجيعه بكلمات المحبة والارتياح البّادية عليه ، ومن ثم يتطور هذا السّلوك ، بحيث يصبح تعبيراً جسدياً بواسطة التّصفيق المرفق بالابتسامات في رحلته الطّفولية هذه ، فمنذ ولادة الطّفل إن لم يشعر بهذه المشاعر الحانية ، نجده يتخبط في عالم من الضّياع والاضطرابات المخيفة ، ولاسيما في الأيام الأولى ، التي ترسم للطفل سلّم الأولويات ، التي يتوجب عليه اكتشافها في وجه أمه ، كما يترتب على هذا التعرف أن : يدّعم بوجود الأم المستمر الحنون ،كي يصله شعور الثّقة بأنه لن يضيّع هذا الوجه الذي اكتشفه ، فتتولد أولى مراحل الثّقة بهذا الوجه الذي سيصبح قريباً ،مولّداً للعاطفة الثّابتة ،ودلالته على الحنان الأمومي ، فأول هدف يتكوّن في حياته هو الأم . وبعد الأشهر الثلاثة الأولى ، يكتشف الطّفل ألعابه فيصبح هدفه العاطفي الجّديد رغبته في الوصول إلى هذه الألعاب ، واكتساب مهارات عضليّة ، وعندما يتمكن من التقاطها ، يختزن في نفسه ، وفي وجدانه ثقة بالنّفس بإمكاناته وقدراته ، وهذا لا يتم إلاّ عندما يدرك الأهل نفسيّة طفلهما ، فيتعاطون معه ، ويدركون بالتّالي نقاط ضعفه ، ويعملون على تحويلها لنقاط قوة . حيث أن نجاح الطّفل في تحقيق هدف واحد يدفعه إلى تحقيق المزيد ، شريطة أن يترافق هذا النّجاح مع الدّعم العاطفي والتّشجيع .ومراحل النّمو العاطفي عند الطّفل تسير وفق ما يلي :

- منذ الولادة وحتى الشهر (18):

أول المشاعر ، التي يتعلمها الطّفل ويحتاجها ، هي مشاعر الثّقة الذي تصل الطّفل ، منذ اللحظة الأولى، لالتقاء عيني والديه بوجهه ، أو بعينيه تحديداً، بما يسمى بعلم النّفس التّحليلي، لحظة الاعتراف ، بهذا الطّفل من قبل والديه ، وبعدها تنمو هذه المشاعر من خلال التّعامل اليومي، ابتداءً بتقديم الرّضعات بشكل اعتيادي ، ومنتظم، وما يعكسه عند الطّفل من طمأنينة، وكذلك الاستجابة للرضيع ، عندما يبكي نتيجة انزعاج أو ألم، ولا شك أن هذه الأحاسيس ، التي يختبرها الرّضيع في أشهره الأولى ، لها كبير الأثر في تكييفه السّليم، في المجتمع الذي يعيش فيه مستقبلاً ، ويساعد على النّجاح في هذا المجتمع ، كما أن التّوقعات الإيجابية المتفائلة نحو المستقبل ، تتكون عند الإنسان من هذا العمر، من خلال هذه السّلوكيات البسيطة، التي يعيشها مع والديه أو بدائلهما ، فبتتالي الطّلب والاستجابة، تتولد أولى المّشاعر الإيجابية ، و الهّامة في الحياة لدى الإنسان ، وهي ،،،مشاعر الثّقة،،، الثّقة بالآخر المنبعثة من الثّقة بالنفس ، المتولدة عن المعرفة بحاجات الذّات ، وإيصالها للآخر الكبير .

ففي الأسابيع الأربعة الأولى ، من حياة الطّفل يكون تواصل الطّفل الإيجابي ،مع من حوله بالابتسام عند شعوره بالاطمئنان والرّاحة.

أما الرّضيع فمنذ الأسبوع الثامن ، يبدأ بالابتسام لرؤية وجوه ، وأصوات مألوفة لديه ، ومنذ الشّهر الرّابع: يبدأ الطّفل الرّضيع ، بالضّحك.كما أنه خلال خمسة الأشهر الأولى ، تبدأ فكرة إدراك الرّضيع لذاته من خلال تكوّر اللسان داخل الفم ، وإصدار الفقاقيع اللعابية ، إلى أن يمل اللعب والانفراد ، ونجده يتوجه إلى أمه فيطبع قبلة مبللة على وجهها ،حيث تأخذ ألعاب الطّفل الصّفة الرّمزية لدى الرّضيع ، والتي تهدف إلى استبدال الأم بأشياء تتعلق بها ، مثل : الألعاب المختلفة التي تضعها في مغطسه أو في مهده ، حيث أن الحافز العاطفي للتفاعل مع تلك الألعاب ، أنها مقدمة من الأم .

أما ومنذ الشهر الثامن ، فتتطور عاطفة الرّضيع بصورة أكثر وضوحاً ، فنجده يبدي تعلقاً بالألعاب الميكانيكية المتحركة ، والتي تصدر الأصوات دائماً . ولعبة الغميضة ، التي غالباً ما تمارسها الأمهات مع الرضع في هذا العمر ،إذ تعمد إلى تخبئة وجهها بالمنديل ، و إزاحته عن وجهها الذي ترتسم عليه ابتسامة الطفل وتفرحه ، معبراً عن تواصل لا كلامي مع الأم ، وبين الشهر السادس والثامن: تكون تعبيرات الطفل واضحة أكثر تجاه والديه ، أو تجاه أشخاص مألوفين لديه ، وذلك بأن يبدأ بالزحف تجاههم ، أو الضحك لهم ومدّ يديه إليهم .

- وبين الشهرين (12-15) ، يبدأ تعلق الطفل بصورة واضحة ، بالشخص الذي يرعاه ، ولاسيما أمه، ويُظهر تعبيرات من الغضب ، والاضطراب عندما يكون في صحبة أشخاص غرباء غير مألوفين.

وحتى العمر(18) شهراً : يراقب الطفل ، ويقلّد ردود أفعال من حوله ، وتعبيراتهم العاطفية ، في المواقف المختلفة.

وفي هذا العمر تبرز ضرورة حضور الأم إلى جانب طفلها حتى من كونه معتمد عليها في كل حاجاته الجسدية والمعنوية ، إذ تبرز الأم كقرني استشعار لحواس الطفل وأمانه ، ففي نهاية العام الأول ، يكون الطّفل قد قطع مرحلتين هامتين هما مرحلة المرآة التي تميز الشّهر السّادس من العمر، التي من خلالها يتعرف الرّضيع إلى ذاته ، ويكتشف أنه كائن منفصل عن أمه ، فيعيش مرحلة من القلق من الغريب ، التي تميز الشّهر الثّامن من العمر التي تمنح الرّضيع ، القدرة على تقبل الغرباء في عالمه . وعلى الاتجاه صوب بداية التّكيف الاجتماعي مع بداية العّام الثّاني ، يتضاءل اعتماد الرضيع على الأم ، ويتضاعف تقربه من الأب ، وأهمية هذه العلاقة مع الأب تكون رهناً بالدّور الدّي لعبه في المرحلة السّابقة .

النمو العاطفي ما بين الشهر (18) والسنة الثالثة من عمر الطفل :

مع دخول الطّفل الشّهر (الثامن عشر) تبدأ لديه بوادر الاستقلالية عن الآخرين ، والاعتماد على نفسه ، وهذا الشّعور يؤكد :بأن الإنسان وحدة مستقلة عن الآخر ، له دلالة مهمة ، ومؤشر هام ، على النمو الانفعالي السّليم مستقبلاً . إن شعور الانفصال عن الآخرين ، يتضح مع بداية السّنة الثّانية ، حيث يبدأ اهتمام الطّفل بأقرانه الصّغار ، وهنا نلاحظ السلوك الانعكاسي ، لإحساس الطّفل تجاه من حوله ، كأن يكون سلوكه تعاوني أو تقبلي ، أو قد يكون عدواني في تعامله مع الآخرين. ومن الأمور الواجب ، لفت النّظر إليها هنا ، أن النّظام الحياتي المستقر ، والأعمال المألوفة المستمرة في حياته ، حتى ولو كانت بسيطة ، تُعطي الطّفل الشّعور بالأمان ، والتّشجيع على التّعبير اللفظي ، حيث أن الطّفل في العمر دون السّنتين ، لا يكون قد اكتسب سوى كلمات قليلة ، للتعبير عن المشاعر والعواطف ، ولكن قدرته على فهم التّعبيرات الجّسدية ، ولاسيما لغة الوجه كبيرة ، وهي مدخل لعلاقته بالآخرين .

في العمر بين (2-3) سنوات : يبدأ الطفل بالكلام ، ويبدأ التّعبير عن عواطفه ومشاعره ، وتبدأ قدرة الطّفل على الانتظار ، حتى يأتي دوره في البدء بالكلام ، أو انتظار دوره في اللعب ، كما تظهر قدرته على التّكيف ، مع بعض الإحباط .

ومنذ عمر السّنتين يتعلم الطفل أن يضبط سلوكه، بالسيطرة على نفسه من خلال التحكم بالوظائف التي تعطيه استقلالية .

وبالتالي يخف دور حضور الأم إلى جانبه ، بعد أن يتمكن من السّير والتّكلم ، ويكون دورها هام الحضور حتى تمكن الطّفل من تنمية العّلاقة مع الآخرين ، إذ في حوالي الشّهر الخامس والعشرين والثّامن والعشرين ، بقاء الأم لا يفيد إلاّ إذا يسرت له لقاءات متعددة مع أناس وأطفال آخرين .. وهناك بعض الأمهات يفرضن على أطفالهن عزلةً ، تؤدي بهم حتماً إلى تأزم علاقاتهن بأطفالهن مستقبلاً ، كما نجد أمهات هادئات ، قد يكون حضورها القليل في حياة الطفل ، أكثر فائدة من حضور أم ساخطة كثيرة الصياح وحاضرة طيلة النهار.

النمو العاطفي بين عمر الثلاث والخمس سنوات

يختلف (سيغموند فرويد) مع (ميلاني كلاين) حول زمن نشأة الأنا الأعلى ، فبينما يرّد "فرويد" نشأتها إلى "عقدة أوديب" أي ما بين الثّانية والنّصف والخامسة ، أو حتى السّادسة من العمر ، ترى "ميلاني" أن الأنا الأعلى إنما توّلد قبل عقدة أوديب ، وتعتقد أنها تتكون في السّنة الأولى من حياة الطّفل ، وتعود إلى طبيعة العلاقة الأولية مع الأم ، من خلال تجربة الرّضاعة ، حيث أنه عندما يرضع الطّفل ، لا يبتلع الحليب فقط ، بل تكوّن لديه في نفس الوقت صورة عن الأم ، وبالتّالي عن نفسه ، من خلال نوعيَة تجربة الرّضاعة ، فإذا كانت هذه التّجربة مليئة بالسّعادة ، والإشباعات العاطفية والاطمئنان ، تكونت لدى الطّفل صورة ايجابية عن الأم ، حيث تطلق(ميلاني كلاين) على هذه الصّورة المتشكلة

عند الطّفل مع أمه ، من كون الثّدي الجّيد هو بمثابة الأم الجّيدة ، أما إذا كانت هذه التّجربة محبطة ، وخالية من مشاعر الاطمئنان والرّاحة ، تكوّن لدى الرّضيع صورة سيئة عن الأم . ومن خلال هاتين الصّورتين للأم الايجابية أو السلبية ، تتكون الصّورة الايجابية أو السّلبية عن الذّات ، وتنشأ الأنا الأعلى ، بالتالي على الوّد والطّبيعة العّاطفية ، أو على العنف والقّسوة . وهذه أهم ملامح النّمو العّاطفي .

وبين عمر الثالثة والخّامسة ، ينمو الطّفل بوصفه وحدة مؤلفة من نفس وجسد ، متأثراً بالمؤثرات القوية ، للبيت والمدرسة والمجتمع ، ولكنه يتأثر بقوى نمو عميقة الجّذور ، تشكّل فرديته في العّمر ما بين (3-5) سنوات، حيث تبرز في هذا العّمر ، حاجة الطّفل إلى المّعاشرة، والاتصال مع الأتراب ، وكذلك مع الرّاشدين من حوله، حول موضوعات شخصية ، هي الأهم وذلك لأن نمو دوافع الاتصال ، توفر للطّفل معارف أكثر عمقاً وثراء، عن خصائص الرّاشدين المحيطين به ، وتجعله أكثر معرفة بنفسه ، ولهذا نراه بشكل دائم ، يحاول أن يحصل على تقويم لذاته ، ونشاطه من قبلهم. والجّو المحيط بالطّفل ، له الدّور الأساس ، في نمو الطّفل النّفسي والانفعالي ، ويكون ذلك من خلال تنظيمهم لنشاطاته ، بحيث يمنحونه الفرصة، لتتكون لدّيه الحّاجة لمعرفة ذاته، ومعرفة المحيطين به، حيث أنه في هذه المرحلة ، تظهر مظاهر الصّراع الأوديبي ، وفي هذه المرحلة أيضاً ، تعرف العلاقة بين الطّفل والأب تطوراً لافتاً ، إذ يكتشف الطّفل أعضائه التّناسلية ، الأمر الذّي يشعره بالمساواة مع والديه ، وتبرز صفات الرّجولة التي يتحلى بها ، وكذلك الطّفلة تكتشف مساواتها مع والدتها وتغايرها عن والدها ، فتشعر حينها بقوة تدفعها نحو والدها ، لكن معالم هذا الانجذاب لا تتوضح إلاّ في السّنوات المقبلة . ومن هذا العمر أيضاً ، تأخذ ألعاب الطّفل طبيعة جماعية اجتماعية ، يتاح للطّفل من خلالها تقليد أدوار الآخرين ، بحيث يعكس من خلال اللعب علاقات النّاس المحيطين به ، في تفاعلاتهم المختلفة فيما بينهم، وهذا بدوره، يمكنه من تكوين سلسلة من الآداءات، ذات الطّابع الاجتماعي ، فمع دخول الطّفل سن الثالثة ، يبدأ بتعلم وتطوير بعض المّهارات الاجتماعية ، كما يزداد فهمه للمشاعر، وللأفكار، التي تأتي من الآخرين ، ويعنيه الزّمن الذي يلتقي به مع الآخرين ، كما أنه من خلال هذه الأنشطة الجّديدة ، تنمو لغة الطفل تبعاً للمواقف ، والظّروف التي يعيشها ، إذ في هذه المّرحلة ، تبرز عند الطّفل ، القدرة على اللعب مع الرّفاق المتخيلين ، وهنا لابد من الإشارة إلى أهمية هذا النوع من اللعب كمكوّن أساس من شخصية الطفل ، إذ يساعده على القيام ببعض المواقف التي تتحداه ، لا يجرؤ في الواقع على مواجهتها حين لقاء طفل آخر ، وهذا اللعب الرّمزي أو التّخيلي ، يشكل عنصر هام ، من عناصر السّلامة النّفسية في هذا العمر . وكما يكون الصّديق المتخيل، أكثر قدرة على اللعب الرّمزي أيضاً ، كما يتوجب على الطّفل تعلم القيام برعاية هذا الصّديق، ومن الملفت للانتباه في هذا العّمر ، أن الأطفال

يهتمون ، بالأبطال ممن يمتلكون قدرات خارقة ، أو الحيوانات الضّخمة، كالديناصورات والفيلة ، وهذا اللعب التّخيلي ، يختفي تدريجياً عند الأطفال ، مع سن الدّخول إلى المدّرسة، حيث تبدأ اهتماماتهم ، وجاهزيتهم للعب الوّاقعي ، وتبدأ مشاعرهم تتجه للآخرين ، والشّعور بشعورهم. كما أنه في هذا العمر ، يصبح الطّفل قادراً على إدراك المّشاعر ، والعّواطف و أثرها على الآخرين ، ويدرك تناقضها حسب المّوقف ، فمثلاً يصبح الطّفل مدركاً لطعم القوز باللعب ، الذي يفرح الفائز ويحزن الخّاسر .

ومن الملفت هنا أيضاً ، أن الطّفل في هذه المّرحلة، يقدر على بناء صداقات، ويبرز اهتمامه بذلك ، ولاسيما مع الأطفال من نفس العّمر ، إذ تظهر لديه بوادر اللعب التّعاوني الجّماعي .

النمو العاطفي بين عمر (5-12) سنة

بين سن الخّامسة والسّادسة يبرز عند الأطفال التّناقض في المشاعر تجاه الوّالد ، من خلال التّجاذب والنّفور ، الإعجاب والعّدوانية (الحب والكراهية) ، إذ في السّنة السّابعة وحتى البلوغ .نجد في هذه المّرحلة أن شخصية الطّفل تبدأ بالتكوّن ، من خلال تحقيق رغباته الشّخصية ، وتأثير العائلة على نمو شخصيته ، وكذلك محيطه الاجتماعي والثقافي ، ونجده هذه المّرحلة يشارك والده مشاعره ، فإن كان الأب سعيداً تأثر الطّفل بهذا الشّعور ، والشّيء نفسه بالنسبة للمّشاعر الأخرى . ففي هذه المّرحلة العّمرية ، يتعلم الطفل اللعب ضمن قواعد وضوابط ، ويصبح قادراً على إدراك مفاهيم جديدة ، مثل العّدل ووجود الأسرار لدى الآخرين ، ويبدأ هو يتحفظ بعض الأسرار ، حيث منذ عمر الخّامسة ، يبدأ أفق الطّفل بالاستيعاب وتبدأ رؤيته للاختلاف في أفكار النّاس من حوله ، لاسيما فيما يتعلق بالصّواب والخطأ ، ومن خلال نمو قدرته على التفكير والمحاكمة العقلية ، فيبدأ حينها بإصدار الأحكام المّوضوعية على الآخرين ، ويكوَن نظرته الخّاصة عن الحّياة والكّون والنّاس ، حتى وإن بقي تحت تأثير الرّغبة في الحّصول على تقدير الآخرين ، ليقولوا أنه ولدٌ جيّدٌ ، في سن(7-8)سنوات يبدأ الطفل بمقارنة نفسه مع الأطفال الآخرين ، ويختصر قدراته لما يستطيع فعله ، وما لا يستطيع فعله ، وما لا يستطيع ، حيث يبدأ عنده الانتباه للقّوانين ، والمّعايير التي تحاكم بها الأمور ، فيبدأ الإحساس بالآخرين من ضمن تفكيره . لكن في عمر (9-10)سنوات ، يبدأ إحساس الأطفال بالوّاقع بصورة واضحة ، حيث نلمس بأنهم يبدؤوا بعيش مشاعر الذّنب في حال قصروا بالمّطلوب منهم .

وفي عمر (12-18) سنة عمر المّراهقة ، يبدأ شعور الاستقلالية واضح لديهم ، فنجدهم يتجاوزون القواعد والضوابط ، إلاّ إذا خاف أو توقع أن يكشف أمره ، في سن (11-12) سنة يعبر الطّفل عن شعور الغّضب والقّلق بصورة صريحة ، أما في عمر (13) سنة فيصبح المّراهق أكثر هدوءً ، وتبدلاته الانفعالية تتغير

بسرعة من العبّوس والضّحك والبكاء ، وفي عمر(14-16) سنة تتحسن في هذه السّن مهارات المراهق الاجتماعية ، فنجد أن قدرة المّراهق على التّعامل مع الآخرين ، إذ تصبح أفضل ، وقدرته على التّحمل تتحسن وتزداد ثقته بنفسه ومبادئه ، ومقدرته على حلّ الخّلافات مع الأصحاب أفضل . وفي مرحلة الشّباب الحّاجات العّاطفية تزداد لدى الشّباب عما كانت عليه في الطّفولة ، حيث تتعدد العّواطف والميول والنّزعات ، التي تتطلب الإشباع بأساليب أكثر ذكاءً وفعّالية ، حيث أننا نجد المراهقين ، يعيشون زخماً من العّواطف المّتناقضة ، بسبب حساسيتهم الانفعالية في هذه المّرحلة ، وفترة المّراهقة تكون هامة للوصول إلى المّشاركة العّاطفية مع الآخرين ، وتمرسهم على الأخذ والعّطاء ، وقبولهم للوّاقع الاجتماعي المحيط بهم ، بكل تفصيلاته ومضمونه ، ومع نهاية سن المّراهقة تبدأ العّواطف بالاستقرار ، لأن العّاطفة تمتزج مع الخّبرات الجّديدة ، ومع قدرات الفّرد على الفّهم والاستيعاب ، لذلك تعتبر العّواطف من العّوامل المّهمة ، والأساسية في تكوين الشّخصية وتكاملها ونمو الهّوية الدالة على مفهوم الذّات ، ونمو الهّوية الجنسية السّوية .

الفصل الثاني: مفهوم الهّوية كأساس لتحقق الصحة العاطفية

1ً- مفهوم الأنا المؤسس لنمو الهوية

لمفهوم الهوية بعدين أساسين يكمل أحدهما الآخر هما بعدي الزمان والمكان ،كمدخل للتعريف بهذا المفهوم :

1- من حيث أن نمو الذّات هو اللبنة الأولى ، للتّكيف مع الواقع والبّيئة المحيطة .

2- معيار التّكيف ، هو أحد أهم المّعطيات للصّحة النّفسية والعّقلية .

3- الانتماء لحقبة زمنية ما ، من حيث المعاش المّعاصر مبني على عدة انتماءات للماضي والمّستقبل

ولما كان مفهوم البّيئة المحيطة ، قد اختلف اليّوم وبات غير قابل للحصر ، من حلال الانفتاح على العالم الدولي وتكريس مفهوم العالم كقرية صغيرة ، هذا الانفتاح المجتمعي الدّولي بكل الحّدود ، وكل الاتجاهات ، بات معياراً للتّكيف مع العّصر الحّديث ، وكذلك التّأكيد ضرورة عدم العّزلة عن التّاريخ ، من ذلك يكون التّساؤل المطروح ، لكلّ منا ، ما هي أولوية الانتماء ، لبلد ما أم الانتماء الكّوكبية الأرضية ، والجواب يكون دائماً جدلي غير نهائي . كما أن تطور الحّضارة ونشوئها ، لامست الإنسان في اكتشافه لنفسه ، ولغيره ، بحيث لا يمكن حصرّها بشعب واحد ، بل هي نتاج لكلّ ثقافات الشّعوب .

من ذلك العّولمة اليّوم تهدد الهّوية ، من كونها تطال ثقافة الشّعوب وتقاليدها ، التّي كانت إلى عهد قريب ، عوالم تكتنفها القّداسة والخّصوصية .

مابين أوربا والعّالم الثّالث : اختلط المّفهوم الثّقافي بالمفهوم الحّضاري ردحاً من الزّمن ، من حيث أن الحّضارة لها بعد ماديّ ، والثّقافة لها بعدٌ إستناري ، وتهذيب للذوق وتقوية ملكة النّقد والمّعايير النّقدية ، التي تحتوي على المّعارف والمّعتقدات والأخلاق في مجتمع ما . بالإضافة لهذا القرز لمفهومي الثّقافة والحّضارة ، التي صنعهما الإنسان في النّهاية ، يلزمنا لتوضيح مفهوم الهّوية الإنسانية الرّجوع إلى الأنتروبولوجيا ، والخوض فيما توصلت إليه البيولوجيا ،.

في هذا السّياق تأتي النّظرية النّشوئية التي طالت الإنسان ، في تيارين يتحكمان في تطّوره وتقدّمه :

الأول : التّاريخ شهد على تطورات هائلة للإنسان والمجتمع ، من حيث اعتناق الأديان والمبادئ الأخلاقية ، الذي نقل الإنسان من الظّلام إلى النّور ، ومن الجّهل إلى العلّم ومن الهمّجية إلى الإنسانية . ومن الأنانية إلى التّعاونية . هكذا طورّ الإنسان مفاهيمه ، وقيمه ومعتقداته بتراث تاريخي دون توقف .

الثاني : علم حديث يعتمد على التّحولية ، والتّغير في ضوء المّكتشفات العّلمية النّباتية والحّيوانية ، وعلم القلك والتّيار البيّولوجي ، علم نشوء الإنسان والأحياء إلى علم الاستنساخ اليّوم ، فهذا التّطور في المجال البّيولوجي يأتي كجواب على التّغيرات ، التي يمكن أن تطرأ على الكّائن الحّي دائماً . والقّلسفة النشوئية تمثّل خلاصة التّيارات العّلم نفسية ، والخّضوع لمبدأ الارتباط كل ذلك ضمن علم الأعصاب ، وعلم النّفس . / سبنسر/ يشابه بين نشوء الإنسان وبين نشوء المجتمع ، إذ يرى أن هناك تأثير مستمر مابين النّفسي والاجتماعي ، فتطور المّجتمع لاشك لا يأتي إلاّ بتطور المّفاهيم النّفسية ، وهنا وعلى رأي "سبنسر" أيضاً تكون الصّراعات ، في سبيل الحّفاظ على صور الجّماعة .

وهذا المّحور هو الأساس ، في النّظرية "الفرويدية" التي غيّرت القّهم للإنسان ، وحاجاته ونموه النّفسي ، وكان من اكتشافات في هذه النّظرية أربعة أمور هي كما يلي :

1- النّظرة القطبية للعّالم والحّياة : الشّعور واللاشعور ، غريزتي المّوت والحّياة ، الاكتئاب والاهتياج ....

2- اللغة : للغة موقع أساسي في النّظرية القرويدية ، حيث كان المّنهج العّلاجي للإمراضيات النّفسية ، وفق النّظرية القرويدية / التّداعي الحّر للأفكار ، المعبر عنها بالكّلام ، الذي يسهم في تحرر المّريض من الأوهام والأرق والقّلق ، لأن اللغة في تكوينها ، وبنيتها تعطي التّصور للمّصير المّشترك الحّقيقي للنّفس البّشرية ، الإنسان كليم الله /موسى كليم الله ، عيسى ابن الله ، محمد ، والإعجاز اللغوي الذي جاء به ، من هنا أسئ فهم النّظرية القرويدية ، لأنها رجعت إلى الأديان والأساطير ، واعتبرتها ميراث ثقافي ، لا يمكن إغفاله إذا أردنا فهم الإنسان ، رغم أن "فرويد" دخل إلى القّهم النّفسي من منطلق القّهم البّيولوجي والعّصبي ، حيث لا يخفى عليكم أن "فرويد" كان طبيباً . و"الفرويدية" أعلّت من شأن اللغة بكل أشكالها الشّفهية ، وأعطت لزلات اللسان ، وزلات القلم أهمية خاصة في فهم اللاشعور ، الذي يمثّل البنية الأولية للإنسان من حيث كل ما هو ثقافي متراكم تختزنه ذاكرة الجسد ، إلى أن الفرويديين الجّدد ، طوّروا هذا القّهم للغة ، لأبعد من ذلك ، ولاسيما المّفكر و المّحلل النّفسي القّرنسي "جاك لاكان" ، الذي قال بأن اللاشعور مبني كبناء اللغة وهذا التوجه يزيد من إعلاء شأن اللغة

في أساس فهم البّنية النّفسية ، وكذلك العّلامة"مصطفى صفوان" الذي أكدّ في كتابه / الكلام أو المّوت / على أن امتلاكنا للتّعبير، والإفصاح عنه ، هو معيار حياتنا وفعاليتنا وأنه عندما تتعطل لغة الكّلام ، يكون الموت قد حلّ بالإنسان . استناداً للمثل انكليزي يقول :" يتناقل أو نتحاور".

3- المّعطى الثّالث للنّظرية التّحليلية : هو الجّنس بما له من أهمية في حياتنا ، والتّكلم عنه بصراحة وفق المّستوى العّمري ، هو أمر هام للغّاية ، لأنه يبقى في حقل اللا يقال / الكبت / ، حيث أن عملية الكّبت الذي ثبت علمياً أنها الأصل في كل العلل .. لذلك أصبح موضوع التّربية الجّنسية اليوم ، محور هام من المّهارات الحياتية التي ينبغي العّمل عليها مبكرا ، لا كبت لهذه الثقافة ، من حيث كونها تهيئ النّاشئة للأدوار الاجتماعية التّي تنتظرهم في حياتهم ، ما بعد الدّراسة ، فالجّنس هو المّنطلق الأولي من مبدأ الهّوية الجّنسية ، نقول لشخص ما هي جنسيتك ، على جواز السّفر ، لكلّ شخص الجّنسية تعني هوية البّلد ، سوري ، مصري ، فرنسي ... والكّلمة تشير إلى الجّنس والتّجانس والجّنسية ، وكلها تشير إلى القارق التّشريحي الدّي يميز الطّفل الدّكر من الطّفلة الأنثى ، فهناك العّلاقة بين الدّات والدّات الأخرى ، ابتداء من العّلاقة الدّاتية للإنسان مع نفسه ، فعندما يفكر لوحده ، لا يمكن أن يخرج من أناه في نظر الأخر ، فالأنا القّردية والنّمو الاجتماعي في اتصال مستمر بين الطرفين .. فلنأخذ الإنسان العّربي مثلاً ليس عنده تصورات لذاته ، من دون الجّماعة القّردية ، والعّكس يجعله منبوذاً ، وكل شيء من حولنا يشير إلى هذه المشّاركة السّاحات ، الصّلاة ، الجّامع ، الجّمعة ، الأعراس وطقوس الوفاة . وهذه القلسفة الدّينية التي تحيي روح الجماعة وتناسي الروح الفردية ، الآن في برامج التّنمية البّشرية ، يركز عليها من خلال عمل القريق ، والاستثمارات المّساهمة إلى آخره ، من الأشكال الأخرى للعمل الجّماعي . فالقّرد دائماً تواق إلى الأخر الاجتماعي / القيمة الاجتماعية / "جاك لاكان" يسميه الأخر الكّبير الدّي هو مصدر شقائنا وسعادتنا ، فلا يمكن تلافيه في أي نظرية نفسية ، لأنه جزء من الوّاقع النّفسي ، يميز "لاكان" مفهومين للأخر ..

الآخر الصّغير /القّرين ، الآخر الكّبير المتمثل بالأنا المّثالي ، فالدّات في اتصال دائم ، مابين الخّارج والدّاخل ، فما هو داخلي يصبح خارجي مرات ، وما هو خارجي يصبح داخلي ، فهذه النّفس متواصلة وموزعة ، إلاّ في علاقتها في حقل الآخر الكّبير ، والانفتاح الحّاصل من خلال التّأثير الذي يطال المّعتقدات ، والعّادات الثّقافية الخّاصة بكل شعب ، مما يسبب البلبلة والارتباك سواء على الصّعيد السّياسي ، أو الاجتماعي أو النّفسي

التّحليلية والخّبرة اليومية ، تؤكد أن الإنسان إذا تكلم قال أكثر مما يعرف ، والسّؤال من أين تأتي هذه المّعرفة التي تعدت حدود الكّلام ، عند التّحليليين النّفسيين ، اللاوعي مصدر هام لمعرفةٍ تجهلها الأنا الوّاعية ، بالاستناد إلى تراثنا

وثقافتنا الموروثة عبر الأجيال ، فاللاشعور الجّمعي عند "يونغ" أكدّت ذلك ، وهناك عالم نفس تحليلي آخر هو"غريزنجر" يقول: أن محور الأنا ، أساس للتّعامل مع الدّاخل ، والخّارج فقوة الأنا وصلابتها ووحدتها ، تحدد مدى تعرض الشّخص للإمراضية النّفسية .. من حيث أن الأنا قابلة للتّغيير حسب العّمر والظّروف الخّاصة والعّامة ، " ماينرت " القرنسي يقول الأنا تظهر منذ الوّلادة ، وهي ما نسميها الأنا البّدائية ومن ثم تتكون الأنا الثانوية ، التّي بحكم الخّبرة واكتساب المّعرفة يصبح لها قدرة الرفض ، والأبعاد أي بمعنى الكبت مستنداً على قاعدة عضوية لهذه الأنا ، مركزها الدّماغ المكون من خلايا متعددة الأجناس ترتبط ببعضها بسلسلة الظّهر مصدر الحّركة .

اللغة عند "ماينرت " ليست إلاّ نتيجة للتّرابط الحّر أي الصّوتي مابين الصّور المرئية ، والتقائها بالأصوات المسموعة أو الأشياء المحسوسة ، أو الأشياء المحسوسة الملموسة .

بهذه النظريات علم النفس ، انفصل عن القلسفة وأخذ نتيجة نحو علم نفس فيزيولوجي ، مبني على الاختبار وتشريح الأعصاب انطلاقاً من الوّظائف العّصبية المبّسطة إلى نظرية تكّون القكر ، والعّاطفة واللغة.

النّظريات الحّديثة لفهم الإنسان ، اعتمدت النّظرة الشّمولية من كون الإنسان كائن حيّ ، يتحرك في العّالم ضمن إطار شبه هرمي ، انطلاقاً من الوحدة الحّسية الحّركية إلى البّعد العّاطفي ، ومن ثم في قمة الهّرم تحكم العّقل . وهناك النّظرية الأخلاقية التي ابتدأها "جان جاك روسو" الذي يؤكد على أنه على التّربية أن تساهم في التّطور المّستمر ، وتساعد على كبت المّرحلة السّابقة ، لأنها لا تتجانس مع المفهوم الحّضاري الحّديث ."ريبوت" العّالم القّرنسي فرق بين المّنطق العّاطفي ، والمنّطلق العّقلاني لفهم الإنسان ، وتشكيل الأنا وبالتّالي الهّوية ، المنطق العّقلاني هو نتاج تجارب الشّعوب مجتمعة ، ويؤكد على ثلاث مراحل لفهم المنطق العقلاني وتبعاً للنّظرية النشوئية في فهم تطور -- مفهوم الأنا /وموقع الأنا بين الأبوين ..

2- مفهـــوم الأنـــــا /وموقـــع الأنـــا بيـــن الأبويـــن ..

1- الهالة البدائية القّوضوية ، التي كانت تسودها إباحية العّلاقات الجّنسية دون تحريم.

2- التعريف بالأم وتحريمها نظراً للعّلاقة العّضوية ، ما بين الأم والولد لا يحتاج إلى افتراض الغّيب ، بل هي علاقة حسيّة واقعية عيانية .

3- التعريف بالأب واكتشاف دور الأب ،كان له التّأثير الأساسي في تحويل القكر ، من المّنظور إلى الغيّر منظور ، الشّيء الذي مهد لانتقال القكر من الحّقل العضوي الموضوعي ، إلى الرّمزي التّجريدي / القانون .

وبذلك القهم المؤثر لمفهوم الدّات ، ينطوي الحّديث حول أهمية الجّنس

ومعرفة نشوئه ، حيث أن المّعرفة الجّنسية تبدأ من الطّفولة الأولى ، وتتكون من خلال الهوامات ، انطلاقاً مما يرى الطّفل ويسمع ويصبح عنده القّهم لجنسه ، قبل نهاية العام السّادس من عمره . حيث أن الشّعور بالذّات ، يبدأ من إدراك ذاتنا في عيون أبوينا ، ولاسيما عين أحد الأبوين من الجّنس المختلف لجنسنا . إذ بإدراك الاختلاف والتّشابه تكون بداية بزوغ الأنا ، لأن مفهوم الهّوية يحصل من أحادية الدّال الذي يتماهى به الطّفل مع الجّنس المختلف للأبوين ، فالقّهم لمعنى الهّوية الجّنسية الأولي ، لا لموضوع نقصان بالنسبة للطفل لا يكمل هذا النّقصان إلاّ عن طريق الجّنس المختلف لأحد الأبوين .

لكي يحصل التعريف بالهّوية الجنسية ، لابد من وصف لغوي تجد فيه الكّلمات معناها ، وتفك رموزها من خلال الطّلب عند الآخر الكّبير ، المتمثّل بالأم من خلال اللغة الأم ، وبذلك الاهتمام بالتّربية الجّنسية جزء هام من الاهتمام بالنمو العّام ، وتكوين الشّخصية والسّلوك والعّادات المتبعة في المجتمع ، أما مفهوم الجّنسية في التّحليل النّفسي ، فهو مرادف لمفهوم الحّب بأوسع معانيه، فهو يتضمن حبّ الذّات وحبّ الوالدين والأولاد والصداقة ، وحبّ الإنسانية عامة إلى الحبّ الدال ، على الاتحاد الجّنسي بين الزّوجين الذّكر والأنثى إلى التّعلق الحميم بالموضوعات العّيانية والأفكار المجردة أي الحّب الوجودي ، الذّي هو إفصاح عن الوّجه الإنساني للإنس والمؤانسة / التّكاثر والتّوالد فقط ، وإنما التّعاون والتّعارف ، التّعارف من المّعرفة ، ولاشك أن المّعرفة في نهاية الأمر ، نشاط عقلي إنساني اجتماعي ، لأن الحياة ليست الفرد بل هي حبّ النّاس ، ولا كيان للفرد إلا بوجود الآخرين . فالجّنس عند الإنسان ، متغير تابع لا متغير مستقل والتّغير في أشكال الحّياة الجّنسية ، يقع من التّغيرات التي تطرأ على الحّياة الإنسانية ، في أشكال العّمل والإنتاج ، وأشكال التّحولات الإيديولوجية والعقائدية ، فدخول الإنسان عالم الآخر الكّبير ، هو الذّي يحدّد هويته الجّنسية ، والنّقصان الذي يتبعه من هنا تنشأ الرّغبة ، وتتكون لأن طلب الحّب بعد إكفاء الحّاجة هو الضّمانة الرّمزية لاستمرارية هذا الحّب .

في المراهقة نجد أنه تصبح : للمراهق هويتان الأولى هوية شخصية ، والثانية هوية جنسية ، والهوية الشخصية تتأسس على نمو الهوية الجنسية . فمثلاً الخبرات الحّسية الحرّكية التّواصلية ، هي التّي تجعل الفتاة تكون على مستوى قدرتها على الانتماء والتّزاوج والربّاط العّاطفي مع الأم في الطفولة الأولى ، له الأهمية المّحورية في النّضج النّفسي ، فإذا حظي الطّفل بالقبول غير المشروط ، والرعاية في علاقة وثيقة ومستقرة مع الأم ، تتكون لديه الطّمأنينة القاعدية ، وينمو القّهم الايجابي عن الذّات ، والعّلاقات الاجتماعية عموماً . إذ أن القّهم الصّحيح للهّوية الجّنسية في عالم البّشر ،

يؤدي إلى أن يصير الذكر رجلاً والأنثى تصبح امرأة ، وهذا الانتقال من الطّبيعة / القّهم الغّريزي إلى الشّريعة / القّهم الأخلاقي والقّانوني .

3-مفهـوم الأنــا الاجتماعـــي

المحللة النّفسية الشّهيرة "فرانسوازدولتو" ، تركز على ضرورة تعليم الأولاد ، إلى جانب التّنشئة الاجتماعية الخاصة بالحياة البيولوجية للتكاثر، تعليمهم القيم الأخلاقية للحب ، والرغبة في الإنجاب ، والمحرمات بين الأخوة والأخوات ، والابن والابنة التي هي بالنسبة إلى "دولتو" أمور أساس في التربية الجنسية ، لأن الهو يقع خارج دائرة الأخلاق الاجتماعية ، وليس لمفهوم المحارم أي دلالة بالنسبة له ، مثلما هو الحال عند الثعلب أو الأسد ، فليس لمفهوم القوة أي دالة عندهم بل هو فهم غريزي اندفاعي ، فاللبيدو أو الطاقة الجنسية يحتوي على الاندفاعات الغريزية النّزوية ، بالإضافة إلى كونه بنية تكوينية للذات ، تمكن الإنسان من المضي والتطور بالحياة ، عبر وعي حاجاته وتحكمه باللغة ، وتحجيم مخاوفه عن طريق الترميز ، والتخفيف من وطأة المجهول ، وهذا الأمر مرهون بالتطور المعرفي الذي تحدث عنه " جان بياجيه " الذي يرى أن التطور والارتقاء المعرفي يحدث أولاً ، ثم يتبعه الارتقاء اللغوي ، هذا النمو اللغوي المؤسس للهوية الشّخصية من حيث التعبير عن النفس عبر اكتساب المفاهيم والمعتقدات الخاصة في كل بلد ، فهوية البلد من هوية أبنائه وقيمه من قيمهم وموروثهم الثقافي والعكس بالعكس .

أما أننا اليوم في هذا الزمن المعاصر ، نجد أن الكونية مبنية ليس على الخصوصية للأفراد ، أو البلدان بل على الانصهار في المجموع ، وضياع التفاصيل التي تحكم التنشئة للأفراد ، من خلال المفاهيم الجديدة التي نسمعها ، من كون العّالم قرية صغيرة ، القرية الكونية ... هذه المفاهيم التي روجت لها الدّعاية والإعلام من خلال ثورة المعلومات ، التي كان من نتيجتها زيادة عصاب القلق ، ومقدار الجّهد الذي يلزم أن يبذل لتحقيق التّكيف ، مع المتغيرات السّريعة في البيئة المحيطة . فغدا المعيار الحضاري اليوم ، مرهون بمقدار ما يستطيع الشّخص استهلاكه من المنتجات ، والاستفادة بأكبر قدر ، من المعطيات التكنولوجية لهذا العصر ، وهذا ما ولّد نمو للعولمة العنيفة ، ففي حين العولمة تعني التّشابه والتّوحيد في مظهرية الشكل في الاستمتاع ، إذ نجد أن النموذج الأمريكي في الاحتكار وليس النّموذج القيمي أو الثّقافي ..

4- الهّوية الجّنسية السّوية كمعطى أساس للصّحة العاطفية

الإنسان منذ البدء ، وهو في علاقة مع الآخر: فمنذ أن كان جنيناً كان في علاقة بين الأبوين كفكرة ، قبل أن تكون فعل ، ومع أمه فهو في علاقة التصاقية اعتمادية، ومن خلال هذه العّلاقة ، ونظام العّلاقات المتسلسل الذي سيلي ذلك ، يعرف ذاته ، وتتحدد هويته ، كما تتحدد توجهات حاجاته ورغباته العاطفية ، ومن ثم الجّنسية ومن خلال العّلاقة مع الآخر وقوتها ، يكون مستوى النضج ، فالنّضج العاطفي والقّدرة على الارتباط الوثيق، الذي يحمل الرضا ، والتّوافق والنّضج الجّنسي ، اللذين يعزز الرباط الزواجي ، ليسا مسألتين حميمتين تعطيان

بيولوجياً ، بل لا يكفي مجرد النّضج الجّسمي ، لضمان نجاحهما وفعاليتهما ، فهما نتاج الصّحة الجّسمية بالطبع ، إلاّ أنهما يتشكلان في سوائهما ، واضطرابهما بالتّاريخ الشّخصي ، بكل حمولاته العلائقية ، فلا يكفي أن يصل الإنسان سن الرشد الجّسمي ، حتى يرتقي إلى مستوى الرّشد العاطفي والجّنسي . ويمكن أن تحدث الفروق السّيكولوجية ، بين الصّبيان والبنات تبعاً للتّنشئة الاجتماعية من قبل أبائهم ، فمثلاً يمكن أن يميل الآباء إلى حمل أبنائهم ، واللعب معهم في عمر ما قبل المدرسة بخشونة أكبر ، كما يفعلون ذات الأمر مع بناتهم ، وإنهم في الأغلب يعاقبون أبنائهم جسدياً ، وهذا ما يؤدي إلى أن يكون أسلوب لعب الصّبيان جسدياً أكثر ، وقد قام (لانجلوسوداونز،langlois،downs،1980) بملاحظة ردود فعل الأبوين للعب أطفالهم في عمر ما قبل المدرسة ، بألعاب مصنفة نمطياً على أنها ألعاب إناث أو ألعاب ذكور ، فوجدا أن الآباء يشجعون اللعب باللعبة المناسبة للجّنس ، وينهون لعب الطّفل باللعبة غير المناسبة ، وخاصة عند الأولاد ، وبالمقابل لم يكن هناك ثبات في ردود فعل الأمهات ، للعب الأطفال اللعب المناسب لجنسهم ، أو غير المناسب ، كما يميل الآن لأن يحملوا توقعات أعلى من أولادهم أكثر من بناتهم ، وأن يطالبوا الأولاد باستقلالية أكثر (block،1979) كما أنهم يستجيبون لطلب المساعدة من بناتهم ، بشكل أسرع ويركزون معهن على جوانب العّلاقات الشّخصية ، في النّشاطات أكثر من تركيزهم على جوانب المهارة (rothbart،rothbart، 1976) وفيما يلي سنلقي الضوء على النّمو الجّنسي المتدرج ابتداءً من السّنة الأولى من العمر .

يبدأ الطّفل عامه الأول هادئ مطيع ، شغوف بإرضاء الآخرين ، يستمتع باستعراض مهاراته الجديدة ، وتستمر هذه المرحلة لحوالي ستة أشهر ، وفي سن الثالثة والنّصف ، يحدث تغييراً حيث يمر الطّفل بفترة من التّجريب ، والتّمرد يكون فيها منطوياً على نفسه، وذا إرادة قوية . ومن الصّعب التنبوء بأفعاله ، وقد يكون كثير الأوامر ، وكثير الأنين ، غير مستقر ، ويصر على أن يوليه من يحيطون فيه انتباهاً فورياً ، وقد تظهر لديه عادات جديدة مثل: قضم الأظافر ، التّبجح ، التّلعثم. ويساعد الطّفل كلاً من الّصبر والحزم ، على تخطي هذه المرحلة ، كما يستعيد الطّفل توازنه ، عندما يكمل عامه الرّابع . أما بعد الثّالثة فالنّمو العاطفي عند أبناء ما بعد الثّالثة، يسهم فيه عاملان:

1- سيطرة الطّفل المتزايدة على اللغة ، فهو أصبح يستخدم الكلمات ، بدلاً من الحّركات الجّسدية للتعبير عن مشاعره ، كما أن لديه القدرة على التّخاطب بدقة أكبر ، فتتحول عبارة مثل : /لا آكل هذا/ إلى عبارة (لا يبدو لذيذاً) ، عندما ينظر الوالدان غي دوافع الطّفل ، يزيد احتمال استجابتهم بالتّفاوض ، بدلاً من الإصرار على الطّاعة العمياء، وللتّفاوض ميزة كبيرة، فإنه ينتج عنه على الأقل طرفان راضيان جزئياً بدلاً من طرف فائز ، معتد بنفسه ، وطرف خاسر مشاعره مجروحة.

2- في هذه السّن ينمو الوعي بالهوية الجّنسية ، فنجد الأطفال يرغبون بشدة في مشابهة والديهم، فيقلدون كلام والديهم وأفعالهم ، ويستجيبون لتوجيهات والديهم ، وهم يفعلون ذلك لنيل مديح الوالدين وتعاطفهم ، حتى أن ميلهم للتفاخر بأنفسهم تفسره رغبتهم في التّأثير على الوالدين ، في هذه السّن أيضاً يبدؤون بالاعتماد على الآخرين ، والتّقارب والتّباعد والاحتجاج والجّزم ، كما يصبحون قادرين على التّجاوب العاطفي ، فقد حان الوقت الذي يتحرك فيه الأطفال ، ويحاولون إرضاء طفل أخر يبكي، كما يبدأ الأطفال خلال هذه الفترة في تعلم القواعد ، والأدوار والمسؤوليات المرتبطة بكونهم أولاداً أو بناتاً ، فيبدأ الأولاد في إقامة علاقة خاصة مع الأم ، بينما تأمل البنات في هذه السّن بالعّلاقة مع الأب ، فبينما نجد الصّبيان يصرحون برغبتهم بالزّواج من أمهاتهم ، نجد البنات يتصنعن الخجل أمام آبائهم ، وتشعرن بالتّنافس مع أمهاتهن ، ونجد الصّبيان يشعرون بالتّنافس مع آبائهم، وكلاً من الصّبيان والبنات يستثاروا من علاقة الوالدين بعضهما ببعض ، وفي النّهاية يدرك الأطفال أنه لا جدوى من هذه الآمال . وبعد فترة ينقضي هذا التّعلق ونجد أن الصّبيان ، يكونوا علاقة قوية مع آبائهم ، كما نجد البنات يكونوا رابطة قوية مع أمهاتهن ، وهذه المرحلة تنعكس على اللعب التّمثيلي ، فنجد أن الأولاد يلعبون دوماً دور الأب والفتيات يلعبن أدوار الأمهات ، وبهذا اللعب يتحدد لدى الجنّسين (الصّبيان والبنات) الوظائف بصراحة وبصورة متكررة . وبهذا الشّرح المبسط لنمو الأنا عند الجّنسين ، يمكننا استكمال الشّرح الدّقيق من منطلق التّحليل النّفسي الفرويدي ،،حول نمو الهوية الجّنسية،، وبروز العقدة الأوديبية ، وهذا الحال موجود في كل الثّقافات البّشرية ، و عند كل الشّعوب ، فحيث أن (فرويد) لم ير أن الأنا ، هو ضرب من التّكيف غير المناسب ، لقد رأى أنه متناقض في ذاته بوصفه عرفاً اجتماعياً ، لكنه لم ير أنه ليس ضرورياً ، ولم يستطع أن يتصور الوعي دون ثنائية الذّات والموضوع . كما أن (يونغ) بمعرفته الواسعة حول الفكر الشّرقي عموماً ، ومعرفته المكثفة ، حول تاريخ الأجناس البشرية وعاداتها وقيمها ورموزها ، (فيونغ) يطرح الأمور بشكل أوسع فيقول : إن العقل الشّرقي لا يجد صعوبة في تصور الوعي دون أنا ، حيث يرى أن الأنا في أشكاله الرّفيعة يختفي تماماً ، ومثل هذا الشّرط العّقلي الخالي من الأنا ، لا يمكن أن يكون إلا لاواعياً بالنسبة لنا ، وذلك لسبب بسيط يتمثل في أن ما من أحد ليشهد عليه ، فأنا لا أستطيع أن أتصور حالة عقلية لا تشير إلى ذات ، أي إلى ،،أنا،، فقد يكون الأنا بلا قدرة ، مجرداً من إدراكه للجسد على سبيل المثال ، لكن مادام هناك إدراك لشيء ما، فلا بدّ من أن يكون هناك من يُدرِك . في عمر السّنتين يكون معظم الأطفال قادرين على تعريف أنفسهم بوضوح على أنهم أولاداً أو بناتاً ، وإن إلى حدّ ما لا يعرفون معنى هذه التّسميات بشكل واضح ، ولكن مع عمر الثلاث سنوات تصبح الفروق العّائدة للجنس واضحة في اختيار الألعاب ، وفي أنماط اللعب ، أما في عمر الخمس سنوات ، فغالباً ما يستطيع الأطفال التّعبير عن النّمطية

(slereotypic) المتعلقة بمهن وأنشطة الرّاشدين المناسبة للجنسين ، ويحب الأطفال ما قبل المدرسة ، رفاق لهم من نفس الجّنس ، بنسبة أكبر من حبهم للرفاق من الجّنس الآخر ، فيختاروهم كرفاق لعب . فعندما يكتشف الطّفل الصّغير الفروق الجّسمية بين أعضائه ، وأعضاء أخته مثلاً ، أو أعضائه وأعضاء والدته ، ينشئ عند هذا الطّفل شعور بالفزع ، والاضطراب من يفقد ما لديه ويصبح مبتوراً ، أما البنت الصغيرة عندما تتبين الفروق بينها ، وبين أخيها تتولاها الغيرة ، وتأكل نفسها نيران الغيرة والحسد .

إن التلقائية في دور الأب ، تأخذ محلها في العقدة الأوديبية ، التي تشكل الحلقة المفصلية في التّحول إلى نمو الأنا الطفلي ، من خلال مرحلة العبور الضّرورية عبر العّلاقة الثلاثية المنفتحة على نفسها ، ثلاثية (أب، طفل، أم). وهذه الحلقة تعتبر بداية لمرحلة مصيرية بالنسبة للتّطور الجنسي عند الطّفل ، وإدراكه لهويته الجنسية ، من خلال إدراك الفارق الجّنسي لوالديه ، ومن خلال التّماثل مع المشابه ، والتنافس على المختلف ، وذلك حسب سباق زمني ، لا يمكن تحقيقه إلا بضرورة العّلاقة مع الأم والأب ، والفراغ المتشكل له لحرية الحركة والتوجه، ففي حين يكون الطّفل مرتاح بجلده وجنسه، في العّلاقة الجنّسية الاندماجية مع الأم خلال المرحلة الجنّينية ، تأتي الولادة وتقطع هذا الاندماج المكاني، لتخلق البعد الآخر لبدء الزمن بوجود الشاهد على هذا الانفصال، وهو الأب ، واستعداده للإسناد الداعم ، ليأخذ المولود الجديد الحيز الآمن ، في انفصاله الحواسي عن الأم، مما يجعل هذه الحواس ُتراكم إحساسات جديدة بالآخر المعني بهذا المولود ، من حيث الاعتراف فيه ، من خلال الالتقاء البّصري الأولي ، والألفة مع صوته وقراءة المؤثرات الجديدة ، التي يطبعها على جسده الذي ينمو. هذا الاعتراف على المستوى التخيلي ، يتم من خلال الإدراك المتخيل للطفل ، وذلك من خلال البنية الأوديبية، التي تسمح للرغبة بالتحول من : الأنا/ اللاأنت ، وبذلك يعرف الطفل الصغير جنسه ، و يستدل عليه بالمقارنة مع أبيه أو أمه، سواء كان واعياً للاختلاف الفيزولوجي أم لا. وهذه الاستيهامات والصور الذهنية الجنسية للوالدين عند الطفل ، تحمل تأثيرات قوية وثابتة على اللغة، ويشمل المذكر والمؤنث منظومة من التصنيف ، تعمل بصورة مبكرة عند الطفل، منذ أن يبدأ التعبير الوظيفي بالتمييز بين هو وهي. كما أنه بصورة مبكرة يتحول التعارض بين ما هو أم، وبين ما هو غير أم إلى التعرف إلى الأب والأم، وهذا ما يعزز التوظيفات المرتبطة، بأن هذا الشّخص الثالث موجود و حقيقي ، وهو مهم بالنسبة للأم ، وإن ما توظفه الأم والطّفل غير مهم في تحوّل الشّخص الثالث إلى موضوع حب ، وموضوع تقمص والدّراسات التّحليلية عند (أوجيبي جوليان،marieeugeniejullian) توضح أن الأب والأم عند الأطفال (صبيان كانوا أم بنات) يكونّان أهمية كبيرة في التّطور النّفسي ، لان صورة الأب والأم هي موضوع توظيفات مترابطة ومتكاملة ، عبر

المفهوم الأولي الذي ينشؤه الأب، ومواقف التقمص التي تنطوي على استيهام أصلي ، ما هو إلا مؤشر على نمو الهوية الجّنسية ، وهذه المواقف متناقصة ترتبط بالجّنسية الثّنائية النّفسية (المذكر والمؤنث). أي بالضّرورة الاقتصادية للتطابق مع تعبيري الاستيهام في المستوى الأولي . لأن هذا المستوى مُتشكّل على أنه إسقاط نحو الخارج لهذا الأعداد الأول ، الذي هو توظيف الطّفل للأم تحقيقاً لنزوعاته الفموية ، كما أن رغبة الطفل أن يكون مثل أمه وأبيه، هي أيضاً رغبة موضوع الحب عندهما ، تجبر الهوية الجّنسية المعترف بها والمفروضة عبر رغبة الآخرين ، على معالجة قطبي الجّنسية الثّنائية بشكل مختلف ، والمعارف الجديدة حول تصرفات الأطفال الصّغار تجذب الانتباه إلى الدّور الرّئيسي للأم في التّشكلات الأولى للنّشاط النّفسي ، وحتى الأم البيولوجية ، ضمن نوع من الاستمرارية مع الحياة الجّنينية . ودراسة تفاعل الطّفل الرّضيع مع محيطه الخاص وجود وسائل اتصال موجهة نحو الأم منذ الأيام الأولى للولادة، وكذلك ردات فعل خاصة نسبياً بالمنبهات المنبعثة منها ومصير الجّنسانية الذّاتية، والتغيرات في إثارة المناطق الجّنسية، وإسقاطها على موضوعات خارجية يعطون لهذه الصّورة بعدها اللبيدي، ويعطون للكبت مفهومه في ضياع موضوع جزئي. (فينكو) يؤكد أن الصّور الذّهنية الأبوية بالنّسبة إلى المحلل النّفسي المهتم بإستيهامات الأطفال ، توظف بطريقة مزدوجة منذ أن تتشكل ، ولهذا لم يكن عبثاً إعادة (ميلاني كلاين)، الازدواجية إلى بداية الحياة وذلك عبر تقديم قانون الاستمرارية الوراثية . وبذلك فالعلاقة بين الأم والطّفل لضمان صحته الجّنسية والنّفسية ، وتلعب التّجارب الاجتماعية التي يكتسبها الطّفل من أمه والمعاملة الحّسنة المرتبطة فيها وحنانها، تلعب في التّربية الأولى دوراً هاماً ، في إعداد الطفل وتنشئته سليماً ، لتكون مناعته أفضل تجاهالاضطرابات النّفسية والجّسمية

في هذه المرحلة من العمر ، اعتبر (فرويد) أن الجنس هو الأصل في كل مواقف السلوك ، نظراً لارتباط الحياة بالجنس ، فالمفاهيم الجنسية تعتبر حاجة تعليمية أساسية ، لا تقل أهميتها عند الناشئة من التلامذة والتلميذات ، عن الحاجة إلى تعلم القراءة والكتابة والرياضيات والكمبيوتر، وكتم المعلومات الجنسية الشديد على الأطفال والمراهقين، لن يمنعهم من أن يفتشوا عن رفاق السوء لتعليمهم ثقافة مشوهة ومشوشة ومضطربة عن الجنس، قد تشوق الطفل والمراهق للنواحي الشّاذة والمنحرفة في هذا الموضوع . والخجل يكون العّائق الكبير الذي يقف بين الأب وأبنائه، والمدرس وتلاميذه أمام الفهم الجّنسي الصّريح الواضح. إن الرّغبة الجّنسية عند الطّفل والمراهق ، تكون بشكل مثالي ، وتبدو على شكل نزعات أفلاطونية ، أوصورة من الحب العذري. وأنه من غير المرغوب فيه ، أن تروى الغريزة الجنسية قبل الوقت المحدد له بالوسائل الطبيعية ، لا بالوسائل الأخرى غير العادية مثل الاستمناء ، لأن ذلك يؤدي إلى أضرار جسدية ، بالإضافة إلى أثارها المعنوية والنّفسية السّيئة على المراهق .

وليس من المحتم والضّروري، أن يكون إيضاحنا للأمور كاملاً ومفصلاً للطّفل من اللحظة الأولى، بل لابد لنا أن نقدم ذلك الإيضاح بصورة تدريجية وميسرة . بأن نقرب الموضوع للطّفل تقريباً ، بحيث يتناسب مع مستوى معارفه ومعلوماته وإدراكه وتخيلاته ، وتصحيح الخطأ الذي يكون قد اكتسبه من بعض أصحابه ، أو من الصّحف والمجلات ، أو من أحاديث سمعها من الغير أو من الإذاعة أو كانت مبهمة ، أعطته طابعاً خاطئاً مضطرباً عن تلك المواضيع . ومن الضروري أن يلقن المراهق المفاهيم المرتبطة بالحياة العائلية ونظام الأسرة، والتفريق بين الزواج والطرق الأخرى الشاذة، لإرواء الغريزة الجنسية وأضرارها وأخطارها، بالإضافة إلى دراسات تتعلق بالمجتمعات وتباينها ، ودراسة مشكلة التربية السّكانية ، والصّحة الإنجابية ، وتحديد النّسل وأثر الوراثة في الحياة ، وكذلك تلزم المراهق معلومات عن علم الأجنة والتّلقيح والتوالد لدى الحيوانات المختلفة ، ليسهل عليه استقبال الفهم الجّنسي عند الإنسان ، وبذلك يقدر على تميز السّلوكيات المنحرفة المتعددة ، التي تحكم سلوك بعض الأفراد وأثرها على الإجرام ، واضطرابات السّلوك والأمراض النّفسية ، ومعلومات أخرى متعلقة بأثر الإدمان وضرر الخمور والمخدرات ، على الصّحة الجّسمية والنّفسية والجّنسية ، والأمراض التّناسلية و(الأيدز) وأخطارها .

ومما لا لبس فيه أن : النظام الاجتماعي لكل بلد ، يُدخل الأبوة في إطارها الاجتماعي ، فظهور الأب حارس للمسافة بين الوليد وأمه ، من خلال تدخل اللغة ، تجعله يبدأ الانتقال إلى عالم الواقع المرّمز بالكلام. وبذلك يتم العبور من النّزوة الاندماجية ، إلى عالم الرّغبة المتشكلة عن طريق الطلب ، حيث أن هذا الطلب المختلف هو الذي يؤسس الوظائف الأبوية ، من خلال الإحساس بالجلد الذكري ، ومن خلال هذه السّببية الدائرية /جسدي/أمومي/ نفسي/ أبوي/ طفلي/أمومي.

هذه التّنشئة على المستوى العّلائقي ، هي التي تعطي العّلية لكل الأفعال ، والاستجابة لكل ما هو خارج الجّسد ، أي الآخر حيث أن النهم الشّديد للإرضاع ، لا يقطع إّلا بحسب موقع الأب الفاعل ، من خلال تقديمه المثير الارتكاسي لحضوره ، وقطع الاندماج والتّمتع بالشّبع والبدء بتراجعه ، ليحل النّقصان و تتالي الطّلب، ووجود الأب يقطع اندماج الطّفل البيولوجي ، ليحل محله تشكل الإشباع ، عن طريق المتخيل أو النّفسي إن عائدون عبر دورة زمنية ، غياب جزئي اندماج كلي .... انه مما لا شك فيه أن عدم تحقق رغبات وميول الطّفل منذ الصّغر يحول دون تحقيقه لذاته ، و انطوائه و انسحابه من المواقف الاجتماعية ، مما تؤدي للخروج عن قواعد السّلوك المتعارف عليه ،كوسيلة للتنفيس أو التّعويض ، عما تعرض إليه من سوء التّنشئة ، مما قد ينتج عنها ممارسته لسلوك عدواني.

كما أن رغبة الطّفل بأن يكون مثل أبيه أو أمه، هي رغبة في موضوع الحب عندهما، تجبر الهوية الجّنسية المعترف بها ، والمفروضة عبر رغبة الآخرين ،

على معالجة قطبي الجّنسية الثنائية بصورة خاصة ، فإن المعارف الجّديدة حول تصرفات الأطفال الصّغار ، جذبت من جديد الانتباه إلى الدّور الرّئيسي للأم ، في التّشكلات الأولى للنّشاط النّفسي ، وهي الأم البيولوجية ضمن نوع من الاستمرارية مع الحياة الجّنينية ، وهناك دراسات تبين تفاعل الأم مع الجّنين منذ الشّهور الأولى للحمل ، لذلك لابد من العّلاقة الطّيبة بين الأم والطفل ابتداءً من الولادة وحتى البلوغ ، لأن هذه العّلاقة ضرورية لضمان صحة الطّفل الجّسمية والنّفسية ، وان التّجارب الاجتماعية التي يكتسبها الطفل من أمه، والمعاملة الحسنة المرتبطة بها ، وبحنانها تلعب في الطّفولة الأولى دوراً هاماً ، في إعداد الطّفل وتنشئته سليماً من الاضطرابات النّفسية والجّسمية . وقد اعتبر (فرويد) البعد الجّنسي بأنه الأصل في كل مواقف السلوك ، ونظراً لارتباط الجنس بالحياة، تكون التّربية الجّنسية حاجة تعليمية أساسية ،لا تقل أهمية للنّاشئة عن الحاجة إلى تعلم القراءة والكتابة ، واللغة والرياضيات والكمبيوتر. وبالتالي فكتم المعلومات الجنسية الشديدة على الأطفال والمراهقين لن يمنعهم من أن يفتشوا عن رفاق السوء ، لتعليمهم ثقافة مشوشة ومضطربة عن الجنس ، قد تغوي الطفل والمراهق ، وتشده للنواحي الشاذة والمنحرفة في هذا الموضوع ، والخجل يكون العائق الكبير الذي يقف بين الأب وأبنائه ، والمدرس وتلاميذه أمام الفهم الجنسي الصّريح الواضح.

الفصـــــل الثالـــــث: ارتبـــاط الصحـــة العاطفيـــة بالذكـــاء

1-الحــدود العّامــة بين الذّكـــاء العاطفـــي والذّكــــاء العــام

يقول عالم النّفس البريطاني (هتشنر) أن الهدف الرّئيسي في التّربية هو تطوير الذّكاء ، لأن الوظائف الجّوهرية للذّكاء تنطوي على الفهم والإبداع ، ونمو العمليات العقلية ، وهو نمو مضطرد ابتداءً من المرحلة الحسية الحركية بشكلها الأولي ، وانتهاءً بمرحلة العمليات العقلية في التجريد.

الذّكاء العملي الخالص يبدأ في مراحله الأولى ، على صورة إدراك وحركات بوصفها وسائله الوحيدة، قبل أن يتسنى له التمثل والتفكير.

وفي حوالي الثانية من العمر، تبدأ فترة ثانية تمتد حتى السّابعة أو الثامنة، وفي مستهل هذه الفترة، يتميز تكوين الوظيفة الرّمزية واللعب الرّمزي عند الطّفل هو مثال حي ، على هذه العّملية، كما هي الحال كذلك بالنسبة إلى التّقليد المرجأ والصّورة العّقلية والرّسم واللغة قبل كل شيء ، وبهذا فإن الوظيفة الرّمزية، تزود الذّكاء الحسي الحركي من أن يتسع نطاقه بواسطة الفكر ، ولكن يوجد من الجهة الأخرى ظرفان يؤخران تكوين العّملية العقلية ، كما يجب أن تكون عليه بحيث أن الفكر القائم ، على الذّكاء يبقى طيلة الفترة الثانية هذه مجرد فكر سابق للتفكير الإجرائي. والأمر المؤكد تربوياً بأن التّطور التلقائي للذّكاء، يبدأ بالنّشاط الحسي الحركي الأولي مروراً بالنّشاط الحسي، وانتهاءً بالعمليات الشكلية المعنوية ، وبصرف النظر عن عوامل النّضج والتّربية فإن اكتساب المعرفة يتوقف على الاتصالات التّربوية أو الاجتماعية.

وبحوث علم النّفس المختلفة حول موضوع النمو المعرفي، ابتداءً من (ميشوت 1954م فروبل، بياجيه)، تؤكد أن التّطور المعرفي يعتمد أساساً على نشاط الفرد، ومصدر نشاطه الأساسي يستمد قوته من فعالياته الحس حركية ، امتداداً إلى العمليات العقلية المنتظمة تماماً ، فهو نشاط لا يتجزأ ، وهو في الوقت نفسه نشاط تلقائي . كما أن النّشاط الإجرائي هذا ، ليس بالنّشاط الذي يؤدى لمرة واحدة ويتوقف ، ولا هو بالنّشاط الذي يفسر على ما تسهم به التّجارب الخارجية ، أو عوامل الاتصال الاجتماعية.

بل هو نتيجة لسلسلة من التّكوينات المتتابعة داخل الفرد ، والعامل الرّئيسي في بيئة التّكوين هذا ، ما يتحقق من توازن بواسطة التّنظيم النّفسي الذّاتي ، الذي يتيح إمكانية علاج ما قد يطرأ من خلل ، ويسمح بحل ما يحصل من مشكلات. (جان جاك روسو) رأى أن لكل عمر قوته الدافعة، وأن للطفل طرائقه الخاصة، في الملاحظة وفي التّفكير وفي الإحساس، ونجد أثراً يوضح لنا بدايات الذّكاء ، وكيف أن الوظائف النّوعية تنتقل من مرحلة إلى أخرى ، إبان عمليات تطورها الديناميكي المستمر.

و(فروبيل 1782-1852م) وضح الفرق بين فكرة النّشاط، وفكرة تحقيقه، ومن جهة أخرى نادى (روسو) بالتلقائية التي تزدهر في ربوع الحرية للطفل، محاطاً بالأشياء لا بالكتب، ويقوم بالنّشاط والمعالجة اليدوية والجّسمية ، كما يحيط به جو هادئ دوماً و بلا قيود ، ومن هذا المنظار أبدى (فرويد) الأهمية الوظيفية للعب ، وخاصة ما يتصل منها بالحس الحركي. كما أن التّكيف العملي عند الأطفال هو أبعد ما يكون عن تطبيق المعرفة المجردة ، ويؤلف أول مرحلة من مراحل معرفة نفسه ، والظروف الضرورية لما يلي من معرفة تأملية تالية . وبذلك نجد أن التّعاكس في العّلاقة بين الذّكاء العملي ، أو الذّكاء الحس حركي والذّكاء التّأملي ، يكون أبعد من الفرق البنيوي ، لتمييز عقل الطّفل ، عن عقل الكبير، ولا شك أن عقل الطّفل يعمل وظيفياً كما تعمل عقولنا، وأنه ليبدي نفس الوظائف الخاصة بالتّماسك والتّماثل، ويكشف عن نفسه جوانب التّفسير والتّبويب والحكم للعلاقات المنطقية المحددة ، التي تؤدي هذه الوظائف بتنمية القابلية للنمو والتمايز. (بياجيه) يؤكد أن للعب الرمزي خاصية ، لا يمكن إدراكها عند الطّفل بدون تمثل الواقع إلى العقل ، نظراً إلى أنه يفسر إشباع تلك الرغبات ، التي يتسم بها الخيال في حالة اللعب، ويعبر في الوقت نفسه عن التّكوين الرمزي للعب المختلف، عن التّكوين التّصوري واللفظي للعقل المطبع بالطّابع الاجتماعي والانفعالي للشخص ، فاللعب حسب (بياجيه) : هو أبرز سمة من سمات تفسير العقل بمركزية الذّات ، هذا العقل الذي يبدو له العالم الخارجي خالياً من الأهمية الموضوعية ، لذا فإنه يتركز بالتّالي حول اهتمامات الفرد الذّاتية (النّفسية) فقط ، كما أنه يصبح فقط أداة لنموها.

وإذا كان اللعب الرمزي والكلام (لبياجيه) لا يعدو كونه عقلاً ذاتياً يتحرى الإشباع عن طريق تمثيل الأشياء وإخضاعها لنشاطه، بواسطة التّكييف ذاته، وطالما أن التّكييف أو (المواءمة) هو طريق توازن بين التّمثل والتّوافق، وطالما أن التّوازن يتم على فترة طويلة من البناء والتّكوين، قبل أن تصبح هاتان العمليتان متكاملتان.

وبالتّالي جانبي منطق الطّفل الحسي والصّوري، إبان المراحل الأولى من نموه ، يوجدان في حالة تداخل وثيق مع المركزية، نمو الذّات أو النّمو النّفسي

(الانفعالي والاجتماعي). فإذا ما واجه العقل صعوبة في معالجة العّلاقات على مستوى العقل ، يأتي بنشاطه الحس حركي، مكتفياً مسبقاً بمعالجة العلاقات بين الأشياء أو الأحداث. وهذا بطبيعة الحال الحد الفاصل بين الذّكاء العام والذّكاء العاطفي.

2- الذّكاء العاطفي وارتباطاته المختلفة

يتعلم الطّفل الدروس العاطفية ، في وقت سابق على تعلم دروس اللغة، بسبب سرعة نمو وتطور الجزء من الدماغ ، الخاص بالحوار اللاكلامي، والذي يتعلق بحركات الوجه ، وطبيعة الأصوات ،ونبرتها وبالتّالي فتأثير الآباء في عواطف أطفالهم ، له الأثر الكبير والعميق في شخصياتهم ، وردود أفعالهم مستقبلاً .

الأبعاد التي تتصل بالذّكاء ، والتي تعتبر محكات لقياس وتحديد سوية الذكاء العاطفي ونسبها:

1.البعد الذاتي: هو المحك الأهم عند تحديد معيار الذّكاء العاطفي من حيث

a. مستوى المعرفة بهذه الذّات ، من خلال حصر نقاط القوة والضعف لدى الشّخص.

b. التنبيه المباشر ، لما يدور في النفس الخافية عن الآخرين ، والمكشوفة على داخل الشخص.

c. إدراك مدى قوة عواطف الشّخص تجاه أمر مادي أو معنوي.

d. هذه المعرفة لذواتنا ، كلما كانت واقعية متفائلة وغير متشائمة ، كلما كانت بناءة.

2. احترام الذّات من خلال

a. الشّعور بقيمة ذاتنا ، بالقدر الذي نحقق فيه النجاح فيما نعمله ونعيشه.

b. الشّعور بالانتماء للجماعة ، والابتعاد عن شعور الوحدة .

c. امتلاكنا لهدف واضح نعيش لأجله.

d. الشعور بالأمان الجّسدي ، وكذلك العاطفي، وعدم الشّعور بالتّخلي العاطفي، وعدم التّقبل لمن نعيش معهم.

3. التّعامل مع العواطف من خلال

a. فهم ما وراء المشاعر ، التي نعيشها بالسلب أو الإيجاب.

b. إعطاء دائرة الأهمية المناسبة لهذه المشاعر، وذلك من خلال قدرتنا على السّيطرة على أنفسنا ، إزاء التقلبات التي نعيشها مع من حولنا.

c. مدى القدرة على الاسترخاء ، والبعد عن التّوتر والانقباض ، من خلال تفاعلنا مع مثيرات الحياة اليومية والضّغوط المعاشة.

d. مدى القدرة على التّخفيف من حالة التوتر ، هو مقياس الذّكاء العاطفي بلا شك .

e. القدرة على التأقلم مع تأخر المكافآت المستحقة لنا ، له علاقة بذكائنا العاطفي وتفهم الآخرين .

4. تحفيز الذّات من خلال

a. بث التّفاؤل والأمل الدّائم في النّفس ، وذلك من خلال المثابرة على متابعة هدف ما ، بدأنا في العمل عليه ، فقدرتنا على التّركيز والانتباه ، مؤشر أيضاً على ذكائنا العاطفي.

b. التّعاطي المرن مع المستجدات والظروف القائمة .

c. القدرة على التّفاعل المرح مع من حولنا ، بحيث يجعل السّرور يدخل بصورة دائمة لنا ، ولمن حولنا .

البعد الثاني المتعلق بالآخرين :

1. يكون من خلال التّعاطف الجّاد مع الآخرين وذلك عبر ما يلي:

i. شعور الغيرية الذي يبث للآخر، ويعطيه شعور بالطّمأنينة.

ii. التّعبيرات الكلامية وغير الكلامية، أثناء تواصلنا مع الآخرين لبناء علاقة ناجحة، هو مؤشر هام جداً على الذّكاء العاطفي.

iii. إدراكنا لحاجات الآخرين وتقديرنا لها.

iv. طبيعة الصّلة التي نجدها بالآخر عند تفاعلنا معه ، من حيث القرب ، البعد ، الحيادية ، وكلها مؤشرات هامة ، للضبط المتوازن للنمو الاجتماعي .

2. مستوى العلاقة مع الآخرين ، وتفعيلها من خلال :

a) المقدرة على الإصغاء لهم .

b) المقدرة على طرح الأسئلة .

c) المقدرة على التواصل المرح والضحك ، مع الآخرين من حولنا . المقدرة على التّعبير باحترام تجاه من تربطهم بنا صلة ما .

d) المقدرة على التّسامح وتحمل الأذى .

e) المقدرة على التّعاون المثمر مع الآخرين .

f) المقدرة على التّقبل النقد حين العمل في جماعة.

g) المقدرة على مراجعة الخطأ أمام الفريق .

h) المقدرة على المطالبة بالحقوق ، وعدم المساومة عليها .

i) المقدرة على قراءة المواقف الاجتماعية ، بدقة وعدم الخلط في تفسيرها .

3- تأثيـــر العواطـــف على التّفكيـــر

يؤكد(بياجيه) ثلاثة مراحل لنمو مهارة التفكير عند الطفل ويعرضها كما يلي:

في المرحلة الأولى : يعتقد الأطفال أن التفكير يكون بواسطة الفم، ويرتبط التفكير بالصوت ، ولاشيء يتم في الرأس أو الجسد ... لاشيء ذاتي في عملية التفكير . ويكون معدّل عمر الأطفال في هذه المرحلة سن السادسة.

المرحلة الثانية: يتضح فيها تأثير البالغين على الأطفال. حيث يكون الطّفل قد تعلم ، أن نفكر بواسطة الرأس ، أحياناً ُيلمح إلى الدماغ ... هذا النّوع من الإجابة ، يوجد دائماً عندهم في حوالي سن الثامنة ، لكن الأكثر أهمية هو استمرار وجود المرحلتين الأولى والثّانية ، حيث لا يزال ينظر غالباً إلى التّفكير على أنه صوت داخل الرأس ، أو في الرّقبة ، هذا يبين استمرارية تأثير قناعات الأطفال السّابقة ، أخيراً هناك الطّريقة التي يجسد فيها التّفكير ، بأنه مصنوع من الهواء أو الدم ، أو أنه كتلة تشبه الكرة ... الخ .

المرحلة الثالثة: التي يكون معدل عمر الأطفال فيها هو (11-12) سنة ، في هذه المرحلة التّفكير عند الطّفل في هذه المرحلة غير ُمجسّد.

(بياجيه) في عرضه لهذه المراحل الثلاث للمراحل الذي يتطور فيها التّفكير عند الأطفال ، يؤكد أنه ليس هناك من مقدرة فطرية للتفريق بين التّفكير والعالم الخارجي، بل تتأتى هذه المقدرة بشكل تدريجي ، وتبنى من خلال تقدم بطيء ، وتعتبر إحدى النّتائج المترتبة على ذلك ، ذات أهمية رئيسية في دراسة السّببية ، تحديداً أن الطّفل تفكيره يتطور بشكل واقعي ، ويكون تقدمه من خلال السّيطرة هذه الواقعية الأولية. وفي الحقيقة خلال المراحل البدائية ، وحيث أن الطّفل لا يكون مدركاً لذاته، تبدو الواقعية كلها على نموذج واحد غير متغير ، ذلك لأن الطّفل يخلط بين معلومات العالم الخارجي والدّاخلي، فالحقيقة عند الطّفل تنتمي إلى الذّات ، وينظر إلى التّفكير على أنه ينتمي لفئة فيزيائية / مادية/ . وبناءًا على هذه المراحل يسير الطّفل في النمو المعرفي ، بناءً على ما يتلقاه من انطباعات هامة ، من الوسط المحيط ، ومن خلال الأفعال التي يقوم بها هو ، والآخرون من حوله ، تتشكل بوادر النّمو المعرفي المتركزة بداية ، على أساس

تطور الكلام ، ونموه عند الطّفل ، وبذلك نجد أن تنمية النّطق ، تؤثر على سائر المقدرات الذّهنية ، وكذلك على تكّون شخصية الطّفل، وبذلك يلاحظ: أن نمو التّفكير عند الأطفال، يتوقف على أمرين جوهريين:

1. نشاط الطّفل اليومي .

2. نشاط الكبار من حوله : حيث من خلالهم يتعلم أساليب التّعامل مع مسميات الأشياء والأفعال التي يمكن القيام بها بواسطة هذه الأشياء.

والتّفكير لدى الطّفل في المرحلة الأولى من العمر (0-5) سنوات ينتقل الطّفل من التّفكير الحسي حركي ، إلى التفكير الصوري (بداية التّفكير المنطقي) الذي يتيح له ، إمكانية الكشف عن الروابط ، والعّلاقات بين الأشياء وخصائصها . سوف أعرض هنا مثالاً، يوضح التأثير العاطفي ، على ربط الطفل للأمور ، عبر فهم منطقي خاص به: " في أحد الأيام تزينت الأم ، وارتدت ملابس جيدة وجميلة ، ثم ذهبت خارج المنزل ، وفي اليوم التالي، وحينما تكررت العملية نفسها ، عندما تجهزت الأم للخروج، ما كان من طفلتها ، إلا أن بادرت بالبكاء"، لأنها أدركت أن هذه الأفعال الارتباطية ، التي حصلت يوم أمس ، باعدت أمها عنها ، وبذلك مشاعر الطّفل التي أحسها من خلال العّمل العقلي ومن غير أن تتكلم الأم كان له الأثر في انتباه الطّفل لما سيحصل ، وبذلك فإن استخدام الطّفل لذكائه العّاطفي ، هذا يبين لديه حجم المشاكل التي تنتظره ويؤهبه لمواجهتها ، وكلما ارتبط السلوك بالكلام ، كلما كان النّضج الانفعالي للطّفل أيسر وأوثق ، حيث أن طفل الخّامسة يبدأ كلامه الذي يتبع أفعاله العملية. وحيث أن الإدراك المتكرر للأشياء ذاتها ، تساعد الطّفل على نمو الذاكرة والاسترجاع ، وقبل نمو الكلام تكون الذاكرة صورية ، ولكن ما تلبس أن تنتقل إلى الدّاكرة النّطقية الكلامية . ومع النمو يكتسب الشّخص قواعد ، وقناعات أكثر مرونة في معظم جوانب الحياة ، وقد تبقى الأفكار والمعتقدات الطلقة ثابتة ، إذا كانت قد نشأت في ظروف أحداث صادمة. هذه الأفكار الأساسية تساعد الطّفل على فهم العّالم من حوله، وبهذه المعارف الأساسية البّسيطة التي يكّونها الطّفل في جو الثّقة بالقرب من والديه، ينطلق لفهم تجارب الحياة كالكبار، ولا شك أنه أحياناً تكفي معرفة القناعات الأساسية عن النّفس ، لفهم مشكلة متكررة في حياتنا والغالب أن لا تُقدم هذه القناعات عن النّفس ، إلا جزءًا يسيراً من القصة ، لذلك تكمل معرفة المعتقدات الأساسية عن الآخرين والعّالم ، فهمنا لأسباب شديدة التّأثير على حالة معينة ، فرؤية الآخرين على أنهم أكفاء يزيد من انزعاج ، ويضاعف تصوره عن نفسه بأنه غير كفئ. وتكثر المعتقدات السّلبية عن العالم عند اللذين شهدوا أو مروا بصدمات ، أو عانوا من الشّروط الاقتصادية المجحفة دون إعانة ، أو عاشوا حالة فوضى وضياع ، أو في ظروف صعبة غير محتملة، أو كانوا باستمرار ضحية التّمييز ، أو عاشوا تجارب حياتية مؤلمة، بغض النّظر عن نوع هذا الألم ، أو ظروف عقابية غير متوقعة ، ويبدو أن الأولاد الذين تعرضوا

لمثل هذه التجارب، هم الأكثر عرضة من غيرهم لتكوين القناعات الأساسية السلبية عن العالم، وإن كان يمكن للتجارب السّلبية القاسية ، أن تساعد على خلق المعتقدات الأساسية السّلبية في أي عمر من حياة الإنسان. وفي المقابل تنتج المعتقدات الأساسية السّلبية عن الآخرين ، من المعاملات والصّدمات السّلبية المستمرة مع هؤلاء، وأحياناً إن رؤية تجربة غير مباشرة كرؤية أخ في غاية النجاح، يمكن أن تسبب التّوتر والانزعاج، وتعتبر وثيقة الصّلة بنظرة الشّخص الأساسية السّلبية عن نفسه، مما يساعده على تفسير مستوى الشّعور بالتّوتر والتّرقب. وما لاشك فيه أن: الأفكار، والعاطفة والسّلوك، وردود الفعل الجّسدية، والبيئة، كلها عناصر متصلة ببعضها البعض، و كل هذه العوامل مجتمعة ، لها أثر على نمو القدرات المختلفة عند الشّخص ، حيث أن هذه القدرات في النهاية، هي حصيلة الذّكاء المعرفي(IQ) الذي يعطى، في اختيارات الذّكاء العام. وهنا سيكون الحديث، عن جانب من جوانب القدرات العّامة، التي لها دلالة و أهمية في مقاييس الذّكاء ، و لها أثرها الأهم، على نمو الشّخصية النّاضجة انفعالياً ونفسياً ، وجاهزة لمواجهة الظّروف الحياة والتكيّف معها ، وإثبات أعلى القدرات الإنتاجية، وهذا يتجلى بالذّكاء العاطفي(EQ). أخيراً نقول أن الفكرة تسبق السّلوك، لذا من المهم أن نحدد ما هي الفكرة التي نفكر فيها، قبل الإقدام على التّصرف، الذي ننوي القيام به. فأفكارنا تساعد على تحديد نوع العاطفة، التي نشعر بها، بالنسبة لموقف معين ، وعندما توجد العاطفة، فأنها ترافق بأفكار إضافية ، تدعم و تقوي هذه العاطفة، مثال ذلك: أن يفكر الذي يشعر بالغضب مثلاً بالطرق التي أسيء فيها إليه، كما يفكر الذي يشعر بالاكتئاب بإخفاقات حياته، وسوء حظه بينما يفكر الذي يشعر بالقلق بأن الأخطار محيطة به من كل جانب، والحقيقة أنه كلما اشتدت عواطفنا ، كلما زاد احتمال تطرف أفكارنا . وهذا يعني أن أفكارنا خاطئة ، فعندما تناسبنا مشاعر وعواطف قوية ، فمن المرجح أن يزداد احتمال تحريف وتشويه بعض المعلومات الواردة إلينا ، والمتلقاة في فترة الانفعال العاطفي المعاشة. هذه الأفكار الأساسية، تساعد الطّفل على فهم العالم من حوله، وبهذه المعارف الأساسية البسيطة، التي يكوّنها الطّفل في جو الثّقة، بالقرب من والديه ينطلق لفهم تجارب الحياة كالكبار، و لا شك أنه أحياناً تكفي معرفة القناعات الأساسية عن النّفس ، لفهم مشكلة متكررة في حياتنا، والغالب أن لا تقدم هذه القناعات عن النّفس ، إلاّ جزء يسير من القصة ، لذلك تكمل معرفة المعتقدات الأساسية عن الآخرين و العالم، فهمنا لأسباب شديدة التّأثير في حالة معينة، فرؤية الآخرين على أنهم أكفاء ، يزيد من انزعاجه، ويضاعف تصوره عن نفسه بأنه غير كفء، و تكثر المعتقدات السّلبية عن العالم ، عند اللذين شهدوا، أو مروا بصدمات ، أو عانوا من الشّروط الاقتصادية المجحفة دون إعانة ، أو عاشوا حالة الفوضى وضياع أو في ظروف صعبة غير محتملة ، أو كانوا باستمرار ضحية التّميز ، أو عاشوا تجارب حياتية مؤلمة ، بغض النظر عن نوع هذا الألم، أو ظروف عقابية غير متوقعة، ويبدو أن الأولاد

الذين تعرضوا ، لمثل هذه التّجارب هم الأكثر عرضة من غيرهم، لتكوين القناعات الأساسية السّلبية، في أي عمر من حياة الإنسان. وفي المقابل تنتج المعتقدات الأساسية السّلبية عن الآخرين ، من المعاملات والصّدمات السّلبية المستمرة مع هؤلاء، وأحياناً فإن رؤية تجربة غير مباشرة، كرؤية أخ في غاية النجاح، يمكن أن تسبب التّوتر والانزعاج، وتعتبر وثيقة الصّلة بنظرة الشّخص الأساسية السلبية عن نفسه، مما يساعد على تفسير مستوى الشّعور بالتّوتر والتّرقب، وبذلك فالأفكار التي نحملها، لها كبير الأثر على طريقة حياتنا ، حيث أننا نحيا وفق ما نحمله من أفكار، كما نفكر وفق الطّريقة التي نحيا بها، لذا فاستحضار العّلاقة، بين الفكر والسّلوك، لابد أن يحضر عندما نجري تغيراً ايجابياً في السّلوك ، لأنه من أجل تغيير السّلوك، علينا أن نغير طريقة التّفكير، أو طبيعة الأفكار التي نحملها، وبهذه الطّريقة، تم تطّور البشر عبر السّنين في كل جوانب الحياة، حيث تتغير الطباع السّلوكية لديهم، تبعاً لتغيير طبيعة المفاهيم، والمعارف والأفكار. ولاشك أن القراءة تلعب دوراً كبيراً، في تكوين الإنسان وتنمية ذكائه العاطفي والعّام، عبر التواصل مع أحدث الأفكار، وكذلك عبر الإحاطة بتجارب إنسانية متنوعة، تنضج انفعالاً تنساه، وبذلك تكون الثّقافة الناجمة عن القراءة العميقة الهادفة، تشكل زاداً روحيّاً للفرد، لأنها تلعب دوراً بارزاً، وأساسياً في تكوين شخصية الفرد، و إكسابها بريقاً خاصاً. وتوسيع مدارك الشّخص، بالإطلاع على ثقافات الشّعوب الأخرى، وتجارب الأجيال السّابقة ، وبذلك يكون للقراءة دوراً أساسياً، في التّنمية المعرفية والعاطفية للناشئ.

ومرحلة التّمركز حول الذّات ، يختفي عندما تنمو مشاعره تجاه الجماعة وبذلك ينظر(شوميسكي) للكلام المتمركز حول الذّات ، بأنه مرحلة انتقالية من الكلام الاجتماعي الداخلي ، وتدخيل الكلام، أي بتحويله إلى كلام داخلي، يعني أن عمليات التّفكير تحدث، وتوّجه بدون الحاجة للكلام الصريح.

أما(شترنStern،Ej،1970) فيميز بين ثلاثة أصول للكلام عند الطّفل تتمثل بالميل التّعبيري ، والميل الاجتماعي، والميل القصدي، ويرى(شترن) أن الفن الثالث هو ما يميز الإنسان على وجه الخصوص في مرحلة توظيف الكلام في مواقف الحياة ، إذ نجد أن الإنسان يكتسب القدرة على أن يعني شيئاً من الأشياء في مرحلة معينة من مراحل نموه النّفسي ، عند تلفظه بأصوات مُعينة، والأفعال القصيرة التي يستخدمها تمثل أفعالاً للتّفكير، وبالتالي تجد ظهورها يشير إلى تعقيد ، و تموضع الكلام عنده في مواضعه الذي خُلق لها ، و بذلك نجد أن "شترن" يؤكد على أهمية عامل النطق في نمو اللغة ونمو التّفكير المنطقي، ويقرر(شترن) أنه في المنطق الطّفلي ، تتضح القصدية ويصبُغ الكلام بالخاصية الإنسانية المميُزة ، لأن التّنشئة الاجتماعية السّليمة يكون هدفها الأساسي اكتساب المعرفة الشّمولية الضّرورية للطّفل تدريجياً ، وتعليمه استخدامها في مراحل

حياته المختلفة ، لأن المُعاشرة الانفعالية للطّفل مع الراشدين، والتي تبدأ منذ الأسابيع الأولى من الحياة، تتكون لدى الوليد الحاجة إلى مُعاشرة الناس الآخرين . والتّوحد معه من خلال علاقته التّفاعلية بهم ، و نشاط اللعب عند الطّفل من أكثر المواقف التي تعزز هذا التّفاعل، حيث منه خلاله يتطور التّخيل و تتمو الوظيفة الرّمزية عند الطّفل بين عمر الثّلاث إلى السّت سنوات، بحيث نجد الطّفل يتوجه نحو المغزى العّام للعلاقات والمواقف بين النّاس ، ومن موقف لآخر يُدرك المقدرة على تمييزها ، من لحظات التوجيه و الخضوع ، ويُدرك أيضاً أن الحصول على ما يريده ، عندما يقدر على التعبير عن مشاعره وأحاسيسه ، يعتمد على قدرته على نقل ما يُحس ، ولكن حتى نُعطي التّعلم بعداً عاطفياً إيجابياً بعيداً عن التّفكير الانفعالي ، لابد من تطعيم المواقف خلا ل تعلم الطفل القّراءة ، من خلال استثمار اهتمامات الطّفل الذّاتية بتطوير رغبته وحماسه للتّعلم، و بالتّحديد تعلمه التّفكير النّقدي. الأطفال في سن السّنتين نجد معظمهم يلعب مع نفسه بعيداً عن الأطفال الآخرين ، وقد تستمر هذه الحالة عند الطّفل إلى الثّلاث السّنوات ، ولكن إذا تدخل الرّاشدون ، نجد أن الطّفل يبدأ بالتّلهف إلى اللعب مع الطفل الآخر ، ويندمج باللعب مرات مع مجموعة من الأطفال . وفي هذا العّمر نجد أن الأطفال يتشارك بعضهم بعضاً مُشاركة وجدانية ، ويساعدون بعضهم بعضاً ، ويُظهر أغلب الأطفال في هذه الفترة اضطرابات انفعالية عارضة ، أما في عمر الرّابعة نجد أن الطّفل يلعب مع مجموعة قليلة العدد ، نجد بعض الأطفال في هذا العّمر لدّيهم حب الظّهور والزهو ، أما أطفال سن الخامسة ، فنجد أن عمر الصّداقة تتوثق أكثر ، بمعنى آخر يُصبح النّمو الاجتماعي لدى الطّفل أوضح ، ففي حين أن قدرة الطّفل الاستقلالية تبدو واضحة أيضاً ومُتحققة ، نجد بالمقابل أن مسؤولية هذا الطّفل عن نفسه قد بدأت بالوضوح ، حيث أن شعور الطّفل بأهمية ذاته، هذا الشّعور هو الذي يؤدي به إلى نمو شخصيته المُتكاملة المُتشكلة من البُعدين الأساسيين النّمو المعرفي المنطقي ، والنمو الانفعالي الاجتماعي الموازي ، حيث يبدأ النّمو القيمي والأخلاقي عند الطفل ، بالتوازي مع المحوريين السابقين المحوري والاجتماعي .

ولما كانت المرحلة التي يعيش فيها الطفل في عالم صغير ضيق ، وتكون فيه العلاقات الشّخصية مُباشرة بحيث نجد الطّفل معها ، لم يتمكن بعد من الالتزام بقانون الجماعة حيث أن تكون قواعد السّلوك ، كما يفهمها الأطفال عُرضة لأن تُفسر تفسيراً متزمتاً يعتريه شيءٌ من التجني ، فنجد أن هناك بواعث كثيرة لأن يغض الطفل الطرف عنها ، وتهمل. حيث نجد الطّفل في عمر التّاسعة أو العّاشرة من العمر ، تنمو لديه التّصورات حول الصّواب و الخطأ ، وتظهر عند الأطفال أثر الفروق الفردية والبيئية تظهر عليه ، فنجد أن التّصورات العّامة لدى الطّفل ، والمتعلقة بالسّلوك الأخلاقي ، تظهر لدى الأطفال الأذكياء ، بحيث يقدرون على إدراكها واستخدامها في وجهها الصّحيح من عمر مُبكر، والفوارق الحاصلة بين الأطفال ، وحسب بيئاتهم المختلفة من بيئات فقيرة

إلى الأحياء الرّاقية ، يعزوها النّفسانيين إلى الاعتياد المتزايد لسوء السّلوك ، حيث أن نمو التّفكير العّام عند الطّفل في الطّفولة ، يأخذ شكل اكتساب العّادات المُحددة المتميزة بصورة رئيسية بالاستجابة المُتميزة في المواقف المُتميزة . وبالضرورة يكون لعامل النّضج العصبي ، الذي يلعب دوراً في تفتح إمكانيات الفرد ، لظهور بعض أنواع السّلوك المناسبة لكل عمر ، لكن شرط العمر غير كافي ، وذلك لأن النمو السّلوكي الأخلاقي والاجتماعي ، يتطور ويزداد بالتّدريب و الممارسة ، ونجد الدّماغ يحتوي على أفكار مُترابطة موروثة ، نجده بالمقابل يحتوي ضمناً على عدد أكبر من الأفكار المُكتسبة من خلال اللغة ، وعامل اللغة الدّي يُشكل عامل أساسي في التطور ، لكنه ليس هو المصدر الأول للتّفكير المنطقي بل لابد من استيعاب البنى الضّرورية للمنطق اللفظي ، ومن العّوامل التي حددها (بياجيه) أيضاً للتّطور العقلي ، بالإضافة إلى عاملي التّدريب والخبرة ، اللتين تُكتسبان من خلال التفاعل مع الأشياء ومع الآخرين . هو ربط النشاط العقلي بأشكال النشاط الفعلي للطفل ، ومُحاول فهمها بواسطة البنيات المّنطقية الرّياضية في مواقف الحياة ، والتّناقضات النّاجمة عن الطّرق الحياتية المُتفاوتة التي يعيشها الطفل ، تستلزم ردم الهوة بين مواقف المعاشة والأفكار المُتولدة عن نتيجة المرور بهذه المواقف ، فكما مثلاً نجد اليّاباني الذي لا يزال عمله الخّارجي ، وطريقة حياته الحديثة غريبين ، بحيث أن تقليدية الحياة العّائلية والعّادات المكونة لمنطق الحياة الدّاخلية الحميمة لدى اليابانيين ، هذا الفصل يُجنب هذا الطّفل الذي يعيش ضمن هذا الجو ، يُجنبه لحد ما العذابات والآلام ، فضلاً عن كونه لا يُشكل فعالياته السّوية ، التي أخذت مكانها في ذهن اليابانيين .

إن التّفكير والانفعال والسّلوك ، جميعها أشكال متلاحمة والتّغير في إحداها يغير العناصر الأخرى جميعها ، ومن الخطأ القول إن تغيير الانفعال وحده ، يؤدي إلى تغيير التّفكير ، أو أن تغيير التّفكير وحده ودون محاولة من الشّخص أن يغير من السّلوك ، الدّي يثيره هذا التّفكير يؤدي إلى التّغير في الانفعال ، لأن تغير التّفكير يؤدي لا إلى التّغير في الانفعالات ، والمشاعر والعّكس صحيح .

أن جانباً كبيراً من الانفعالات ، لا تزيد عن كونها أنماط فكرية متحيزة ، أو متعصبة ، أو تقوم على التّعميم الشديد ، لأن التّفكير والانفعال ، يتلاحمان ويتبادلان التّأثير والتّأثر في علاقة دائرية ، بل أنهما في كثير من الأحيان يصبحان شيئاً واحداً ، بحيث يحكم ما يقوله الفرد لنفسه عند حدوث شيء الصّبّغة الانفعالية ، التي سيترجم بها هذا السّلوك عن نفسه . وكثير من علماء النّفس في الماضي والحاضر ، يجدون أن وراء كل انفعال ايجابي (الرضا عن النفس والتّوقع الطّيب والسّرور والحب) ووراء كل انفعال سلبي (كالاكتئاب والقلق) وراء هذه الانفعالات بناء معرفي ومعتقدات وطريقة تفكير سابقة لظهوره ، فإذا كانت طريقة التّفكير غير مقبولة وغير منطقية ، فإن كل السّلوك والانفعال

سيكونان على درجة مرتفعة من الاضطراب ، عالم النّفس التّحليلي أدلر(ADLER) يشير إلى أن أسلوب الحياة الذي يتبناه العصابي أو الذهاني ، تتفاوت حسب قيمة العّوامل الدّهنية والفكرية بالنسبة له ، حيث أن المدخل لفهم الإنسان ، هو معرفته وفهمه لأهدافه الخّاصة ، التي تتملكه عند محاولة الاتصال والتواصل بالأفراد الآخرين .

الفصـــل الرابـــع: الصحـــة العاطفيـــة والأســـــرة

1ً- المعانـــي المختلفــة للأســـرة :والبرامـــج المعــدة للربـــاط الأســـري

تعد الأسرة المصدر الأساسي لإشباع حاجات أطفالها من الأمن والطمأنينة ، فهي مصدر لجميع خبرات الشعور بالرضا لديهم ومصدر للاتصال الايجابي بالحياة ، فهي مدرستهم لأولى ، التي يتتلمذ الطفل في أجوائها من خلال أسلوب تعامل الوالدين العاطفي لبعضهما أمام الطفل . إذ يعد هذا الاختبار الدرس الواقعي الأول الذي يتعلم الطفل من خلاله كيفية الحب والكراهية ، بما يختبره من محيط الأسرة لمشاعر الود والأمان والاحترام .

وبناء على أهمية العلاقات الأسرية ، من خلال ما يسودها من أجواء الحب والتعاطف من جهة ، والابتهاج والمرح من جهة أخرى ، نجد الطفل في العائلة يكبر من خلال عيش الحب الذي يتلقاه من الطفولة إلى المراهقة ،وإلى كل المراحل العمرية . ليصبح الحب الذي تمنحه الأسرة لأبنائها هو المعيار الذي تقاس في ضوئه الصحة النفسية للطفل والناشئ ، لذلك فإن : الأسرة بمعناها الشمولي ليست مجموعة بيولوجية فقط من حيث دورها الفاعل ، في وقاية وحماية الطفل ورعايته ، في الفترة التي تتصف بالعجز والاعتماد على الغير، بل هي مجموعة ثقافية، لأنها تجمع تحت سقف واحد وفي ارتباط ودي وثيق وحميم، أشخاص مختلفين من حيث العمر والجنس ، يتولون تحديد وتجديد الطرق والأساليب والمواصفات الاجتماعية، التي يسير عليها المجتمع الذي يولدون فيه ، وكلمة أسرة في العربية تأتي من جذر الكلمة الأساس (أسر) الذي يعني (القبض على) ومن هذا الجذر جاء اسم الأسرة التي تشرحه المعاجم كما يأتي: "الأسرة هم أهل الرجل المعروفون بالعائلة". وللأسرة بالعربية معنى آخر هو: "الدرع الحصينة". إذ أن مفهوم العيلة أو العائلة في العربية مشتقة من جذر "عيل" الذي يعني العجز والعوز والفقر، وعندما نقول "عيل الرجل" معناها كفى عياله معاشهم، فهو معيل وهي معيلة. الأمر الذي يؤكد على انتمائه إلى تلك المجموعة المؤلفة من الزوجين، اللذين أنجباه ومنحاه هويته و أناه ، وبذلك يتشكل من هذه المجموعة مجتمع صغير يتصل أفراده برباط الدم، ويتفاعل كل واحد منهم مع الآخر، وفق الأنظمة التي تحدد لكل فرد دوره، وترسم قواعد

النسب والبنوة والانتماء إلى الأسرة والمجتمع، من هنا تأخذ الأسرة في المجتمع موقعها المركزي ، إذ تشابه مكانة المحطة في اتجاهات السفر ، الأسرة التي تعتبر شرط أساسي من شروط بقاء أو انهيار البعد الجاذب أو النابذ لأفرادها . وانطلاقاً من هذا الاعتبار الصحيح لأهمية دور الأسرة ، في بناء شخصية الفرد، وفي نموه وتطوره السليمين وبلورة قدراته واستعداداته الفطرية، من هنا تأتي المسؤولية الملقاة على الأسرة في تحقيق الصحة العاطفية لأطفالها .

وبنظرة تاريخية مكثفة لتاريخية النمو الأسري ، نجد أن الأسرة التزمت بثقافات مجتمعاتها التزاماً دقيقاً ووفياً ، حيث ربّ الأسرة يطبق تعاليم الأجداد المقتبسة من خلال الأنظمة الاجتماعية والتربوية التي سادت قبله . ولكن ما نجده اليوم ونتيجة للتطور في مثيرات الحياة الاجتماعية المحيطة بالأسرة ، نجد أن المتطلبات الكثيرة للتكيف في حياة الأسرة من مئة عام الأخيرة من عمر البشرية وما تتطلبه الحياة المعاصرة ، هذه المتغيرات اقتضت ابتكار علوم جديدة ليأخذ التفاعل الأسري مساره السليم المتكيف مع روح العصر ، بحيث هذه العلوم تجمع بين العلوم الإنسانية المختلفة التي أفرزتها الحضارة البشرية ، فكان أن أبصر النور علم نفس الأسرة ، وعلم النفس التربوي ، وعلم نفس المجتمع، ولما كان الطفل هو قاعدة الهرم الأسري والمجتمعي، فقد كان الشغل الشاغل لكل العلماء والباحثين في العلوم الإنسانية ، أن ينطلقوا من الأسرة لأنها النواة الأولى التي تعمل على تنشئة الفرد ، من خلال ما تقدم له ، من أطر فكرية وأخلاقية وتربوية، يكتسبها الطفل لتصبح جزءًا من شخصيته وتطبع سلوكه وتحدد انتمائه، فالمفاهيم التربوية التي تقدمها الأسرة للطفل، هي التي تؤثر في صياغة وتنظيم الإطار الاجتماعي للعلاقات السائدة بمختلف العناصر ، التي تكون المجتمع الأكبر، وتحدد سمات شخصية الفرد سواء السلمية منها ، أو المضطربة، ولأن الأسرة هي التي ترسم الخطوط العريضة للعلاقات القائمة بين الفرد والآخرين ، وتحفز الفرد ليكون عضواً فاعلاً في محيطه ، وذلك عبر دورها في تحقيق التوازن العاطفي، ومن ثم تحقيق لإشباعات العاطفية الموصلة لتحقيق الصحة النفسية والتكييف.

عالم الاجتماع الشهير(إميل دوركهايم) يقول:"إن الإنسان مزيج من كائنين ملتحمين لا يمكن فصلهما، بل يكمل الواحد منهما الآخر، في صناعة الإنسان السليم فالكائن الأول: يتضمن أحداث الحياة الشخصية، وهو الكائن الفردي ، والثاني: يتضمن نتاج ثقافة الجماعة التي ينتمي إليها ، بما تحوي من مشاعر وقيم وعادات ومعتقدات دينية وممارسات أخلاقية ، وتقاليد وأفكار وعقائد.

ومن هذا المزيج يتشكل الكائن الاجتماعي ، وهذه هي غاية التربية ، وهذه هي مسؤولية الأسرة. ويأتي الاهتمام بالأسرة في هذه المرحلة المعاصرة، من خلال تراجع نسبة الزيجات ، وارتفاع نسبة الزيجات المتأخرة وحالات الطلاق والانفصال ، حتى في السنوات الأولى من الحياة الزوجية ، وهذا ما يحمل على

إثارة القلق لدى المعنيين بالشأن العام النفسي ، ومن هنا تأتي الأهمية الأساس للإعداد للزواج ، وبناء الأسس العاطفية السليمة بين الشريكين ، وهذا يقتضي مسيرة متكاملة في العمل على نهضة المرأة ، وكذلك على تفضيل الرجال من قبل مجتمعه ، ليجعلهم أكثر اطمئناناً لخوض هذه المسيرة، وهذا الأمر يقتضي التثقيف ، ويتطلب المثابرة، ووضع برامج إعدادية للعلاقة الزوجية ، تكون مستوفية بكل ما هو ضروري ، لتذليل الصعوبات العاطفية وحتى المادية المعيقة لتحقيق هذا الهدف. وفي الحياة المعاصرة اليوم، يلاحظ أن هناك قلق حول الزواج وكثير من الشبان لا يعتبرونه قيمة ضرورية، لذلك فالإعداد للزواج وبناء الأسرة يقتضي مرحلتين من الإعداد :

1- الإعداد القريب للزواج : المتضمن برامج التثقيف حول الحاجات الطبيعية، المرتبطة بالعلاقة التي تقوم بين الرجل والمرأة .

والتركيز على الحرية لكل منهما، بحاجاته واحترامه من قبل الشريك الآخر، لأن في هذا التهيؤ يكمن المعنى الصحيح للأبوة والأمومة مستقبلاً ، معاني الأبوة والأمومة هذه ، التي تعتبر ممثلة الجوانب الإنسانية،في الحياة الجنسية بين الشريكين الزوجين من خلال الحياة اليومية مستقبلا ، وأثرها الأخطر على حياة أطفالهما. لذلك هذا الإعداد للحياة الأسرية، يقتضي الإعداد اللازم الذي يجب أن يهيئ له الخاطبين ، على مختلف المستويات من قبل خبراء الصحة الجسدية والنفسية، والحقوقيين ومن قبل الكهنة والشيوخ ، حتى يكونوا مؤهلين للأدوار التي عليهم أن يقوموا بها.

1- الإعداد البعيد: ويرجع إلى الطفولة الأولى والمتوسطة وحتى البلوغ ، وهذا الإعداد الذي يتم في حضن الأسرة بنوع خاص ، منذ الطفولة الأولى والمتمثل باحترام كل قيمة إنسانية أصيلة تقوم بين الأشخاص ، سواءً منها العلاقات الشخصية أم الاجتماعية .

فلما كانت تربية الأطفال تبدأ قبل الولادة ، من كون الأهل ينتظرون الحياة الجديدة للطفل ، ويعطون لها موقعها ، الذي يبدأ خاصة عبر حوار المحبة بين الأم وجنينها ، ومن ثم تستكملها بعد الوضع ومن المهد برعاية عاطفية ، لا مثيل لها في كل العلاقات العاطفية التي تعرفها الإنسانية ، وكذلك من خلال الدلال التي تلقاه الأم الحامل في بلادنا ، والقيمة الممنوحة لوضع المرأة الأم .

2- التنشئة الأسرية (مفهوم الأبوة والأمومة)

ما زالت الأسرة هي المؤسسة الأولى، التي تعيد إنتاج العلاقات والقيم وكذلك الضغوط الأبوية المختلفة، والتي تنشأ من خلال التمييز بين الجنسين ، ولما كانت مؤسسة الزواج هي الشكل الأول ، والأهم لعلاقة المرأة والرجل

وهذه الأعراف تمثل التجسيد الأبرز للعلاقة الأبوية ، والدخول في معترك

المحرم ، والممنوع في المجتمع العربي، حيث أن قوانين الأسرة في البلاد العربية ، هي العين الحامية للثقافة والتقاليد ، والأعراف سواء منها الدينية أو الشعبية.

إن تداخل عناصر الحداثة ، في الثقافة التقليدية في المجتمعات العربية ، مازال يشكل للأبوين حول التّنشئة ، السّبيل الأسلم والأضمن لأطفالهما . وبذلك نجد شرائح واسعة في المجتمع ، مازالت أقرب للتقاليد منها للتجديد، بيد أن الأسرة العربية ، ذات كيان مركب متعدد الجّوانب، بحيث لا يمكن اختزالها بسمة واحدة مطلقة معممة . فالمجتمع لا يمكن أن يقبل للأبوة دلالة سلبية فحسب، وتكريس هذه الأوضاع ، وهذه النّظرة الأحادية للأمور من شأنه أن يشيع الاستعلام ، ويبرز استحالة الانتفاض على التّسلط لتغيير الوضع القائم ، والفرد لا حاجة للتأكيد على كونه كائن اجتماعي ، لذا فخاصية الانتماء إلى الجّماعة ، ولاسيما الجّماعة الأولى (الأسرة) التي ينشأ منها تأتي بالدّرجة الأولى ، ومن ثم تبرز حاجته إلى الجّماعة ، وإلى المؤسسات الكبيرة ذات الميراث الثّقافي الذي يجبره على أن يتفاعل مع عاداتها ومفاهيمها ، كي يحقق اجتماعيته ، واجتماعية الطّفل تبدأ عندما يطلق بكائه مطالباً بإشباع رغبته البيولوجية الأولية ، وهي الجّوع ، وذلك لعجزه عن تأمين حاجاته بنفسه ، فيكون بذلك يقر بحاجته إلى فرد من البيئة الخارجية لقضاء حاجاته . وسلوك الأم في إطعام الطفل هو المحدد الأساسي ، لما قد اعتبر سوية سلوك الرّضيع الاجتماعي كما أن الأم تدرك بالفطرة أن الطّعام الذي تقدمه لرضيعها ، هو مزيج من الإشباع البيولوجي العّاطفي معاً . وهنا يجب الإشارة إلى أن الكثير من الأمهات، تُقحم في الأمومة ، وهن غير جاهزات لذلك ، وربما رافضات لهذا الدور ، نظراً لعدم تمتعهن بالحرية في قرار الإنجاب ، مثل هؤلاء الأمهات لاشك أن وظيفتهن الأمومية يشوبها الصواب، وكذلك لا شك أن هذه الوظيفة غير متوازنة ، في إعطاء حاجات الطفل الأساسية، ولاسيما التقبل والثقة والأمان....... فالأم بدورها هذا إما أن تضع الطّفل على طريق اكتساب السّلوك الودّي والسّوي، أو بيدها يكون مصيره الاجتماعي غير المأمون. فالطّفل المحروم من شعور التّقبل الأولي الذي تمنحه الأم، ينشأ في جوٍّ من الاحباطات المتكررة ، نتيجة شعوره بالعزل والإهمال والإهانة، فتتملكه الغيرة من كل مظاهر الإحاطة ، والاحترام للذّات والتّعلق العاطفي ، الذي يتمتع به الآخرون . حيث أن الانفعالات المتكررة غير الآمنة لعلاقة الرضيع بأمه، من شأنها أن تؤدي إلى الاكتئاب والانحراف والاضطراب العاطفي ، والعجز عن إقامة علاقة عاطفية عميقة ودائمة. فعاطفة الأمومة هي عنصر الحماية النفسية ، التي تطبع سلوك الطّفل، كما أن حياة الكائن وسعادته، تتوقف على نوعية العلاقة التي تربطه بأمه، ومما لاشك فيه أن تربية الطّفل تتأثر بخبرات الأهل ، سواء منها المفرح أو المحزن ، فالطّفل الذّي يحرم من العطف الأبوي ، والحبّ الأسري ، يحرم من فرص السّعادة والفرح ، وربما حب الاستطلاع أيضاً ، لأن العطف والحنان اللذان تقدمهما الأسرة إلى

الطّفل ، هما من الأسس الضّرورية لتنمية عواطف سليمة خالية من الصّدمات ، كما أن الطّفل الذي يحرم من العطف والحنان في الأسرة ، نجد أن مشاعره تنمو في اتجاه منحرف حيث يشعر بالتّشاؤم ، والاستياء وتشب في نفسه نيران الحقد والبغض .

كما أن هذه الخبرات ، غالباً ما تكون سلاحاً ذو حدّين ، فبعض الأهل يلجؤون في مرات عديدة إلى حماية طفلهم من الأخطاء ، التي كانت قد ارتكبت بحقهم في الماضي ، حيث ينظرون من زاوية تحقيق أحلامهم التي لم تتحقق . وهنا لابد من التّأكيد : أن على الأهل إرشاد الطّفل وتوجيهه ، للطّريق الصّحيح من دون ضغوط أو فرض بالقوة . ففي حال عمد الأهل على تحقيق أحلامهما على حساب الطّفل بشتى الوسائل ، فهما بذلك يكونا قد دفعا بالطفل إلى الفشل المتعمد ، النّاتج عن عجزهما ، في تحقيق رغباتهما وميولهما وإمكانياتهما، فتضعف ثقة هذا الطّفل بنفسه وبالحياة ، ومما يجب الانتباه إليه أن وظيفتي الأمومة والأبوة ، وأسلوب التنشئة المعتمد من قبلهما في نشأة الأطفال ، هو المرتكز الأول ، لكل تنشئة متوازنة وبناءة على المستويين العاطفي والعقلي له مستقبلاً ، وهنا نعود ونؤكد على أن التّربية المفرطة في الحماية ، أو بقاء الطّفل تحت المراقبة المتشددة خوفاً من لا شيء ، هذا النوع من التّربية يشبهه علماء النفس ، بعالم من القلق الذي يلف حبلاً غليظاً حول رقبة الطفل فيخنقه . حيث يمثل هذه التّربية المتساهلة ، التي تترك للطّفل فعل ما يشاء والتّساهل معه ، والصّفح عنه باستمرار ، مهما كانت الأخطاء من دون العمل على إصلاحها ، وتقويم سلوك الطّفل وتجنب إزعاجه ، مما يخل بالنّمو العّام للطّفل ويعرقل توازنه ، فالأطفال المدللون يظهرون تمركزاً حول الذّات ، ونجد تصرفاتهم غير ناضجة ويبنون نقصاً في التّفكير في الآخرين ، وهم يفشلون في متابعة الأدوار المنزلية ، وربما يرفضون الأكل والنّوم ، ويطلبون طلبات غير معقولة ، وحتى عند تحقيق طلباتهم، لا يشعرون بالرضا لوقت طويل ، وهم يستجيبون لأقل الإحباطات بنوبات من الغضب ، والبكاء والغضب والعض والضّرب. وهنا لابد من الإشارة إلى أن أسلوب التّنشئة الوالدية المعتمد على احترام الطفل ، كإنسان يتمتع بحقوق شرعية وإنسانية ، وإفساح المجال أمامه للتعبير عن رأيه ، والعّمل على أن يكتسب الطّفل ثقته بنفسه ويحقق ذاته ، هذا النّوع من التّنشئة المسؤولة تعطي الطّفل الثقة ، وتجعله متعاوناً مسؤولاً أمام والديه، وتكون فرصه في النّجاح أكبر ، وقدرته على تحمل المسؤولية أوسع . فالعّلاقة بين الرّجل و المرأة (الأم والأب) هما اللذان يولدان الحياة عند الطّفل ، فعلى حين تكون علاقة الطّفل مع الأم علاقة حيوية ، من خلال الانتقال من البيولوجي إلى النّفسي ، و من ثم الاجتماعي ، حيث أن علاقة الأم الأب بالطّفل حديث الولادة ، لا يمكن أن تتم إلا من خلال الأم ، أما علاقة الأبوة بجوهرها فهي علاقة غير مباشرة ، بل تتم و تتضح بالفصل بين الأم والطّفل بالبعد الثّالث الممثل بالأب ، ومن هنا لابد من التّوضيح ، أن تحكّم الأب بولده، يتم من خلال من خلال علاقة الأب بالأم ،

حيث أن الأب يمثل السّلطة ، وليس التّسلط على أطفاله من خلال المعاملة السّوية في الحّب والعّطف والحنان والحزم ، فالطّفل يحتاج نفسياً ووجدانياً إلى هذه السّلطة ، حتى لا يتشكل لديه القّزع والخوف ، فدور الأب التّربوي أساس لضمان الصّحة النّفسية ، والعّاطفية للأبناء ، وعليه أن يمثل السّلطة الحقيقية الدّيمقراطية ، التّي تسهم في نمو أطفاله وتشكيل شخصياتهم السّوية ، ولذلك فإن كيفية وجود الأب في حياة أولاده ، أكثر أهمية من مدة الوقت الذي يقضيه معهم ، وبالتّالي دور الأب يتكامل مع دور الأم ، وكلاهما ضروري من أجل التّربية الأسرية السّليمة..

فنجد مثلاً :

أن الأب المهمل للأم ، يجعلها في سلوكها اليومي قريبة جداً من الطّفل ، بحيث تعيش النّقصان من خلال الطّفل ، بحيث يعوضها عن الحب الضّائع ، الذي لا تجده عند الزّوج الأب للطّفل . كما أن الطّفل المستغرق بهذه العّاطفة الاندماجية مع الأم ، لا يلاقِ منافس له على محبة الأم ، فيدخل ذلك في خبرة كون لا أحد يرضيه وبالتّالي يعيش أزمة فيما بعد ، من كونه لا يمكنه أن يدرك ذاته ، إلاّ من خلال هذا الاندماج مع الأم ، فلا تنمو اللغة لديه لأنه لا يجد أنه بحاجة لها ، ولأنه بالتّالي لم يترك فراغ للطلب ، لما هو مختلف ، بل هو بعلاقته الاندماجية مع الأم ، لم يتولد الطّلب لديه ، وبالتّالي لم ينمو التّجريد الذي هو ، مولد المخيلة اللغوية ، الذي تميز لغة البشر... و بالتالي فإن ديناميكية، المرأة/الأم/ الزّوجة/ تجعل الطّفل ينتقل بسهولة من وضعية الأم إلى وضعية المرآة ، هذه الوضعية تمكنه من إدراك ذاته في عيون الأخر ، وهذه بداية يدرك من خلالها أنه كيان مستقل عن أمه ، وعندما الأب يقدّم حبه للأم ، بشكل بطيء ومتناقص أحياناً، فهو يتنازل بذلك عن كل ايجابيات الوحدة معها ، ليستقبل حضور جديد يضعه موقع توازن في وظيفته الأبوية المباشرة .

إن الطّبيعة في صلب الثقافة الأمومية ، وتبقى الإنسانية طفلاً عاجزاً أمام الطّبيعة . حيث أن الثقافة الأمومية استسلام للطّبيعة في الأبوية ، وارتفاع عنها وتدمير للحواجز القديمة ، وصراع مرير للحياة بدءاً من الرّاحة الثابتة واللذة الصّامتة .نظام قيم الثقافة الأمومية يلتحق بهذا الخضوع السّلبي نحو الأم والطّبيعة والأرض ودورها المركزي .

إن الطّبيعي والبيولوجي ، يتمتعان بالقيمة الرّوحية أما الثقافة والعقلانية فلا قيمة لهما مرات أما الإلحاح الطبيعي ونبضه .

كما أن قلق الرّفاهية وسعادة الإنسانية الأرضية ، هي إحدى الأفكار المركزية التي يتصف بها المجتمع الأمومي

3- النمـــو العاطفـــي المؤســـــس لنمـــو الهويــــــة الجنسيـــة

الإنسان منذ البدء، وهو في علاقة مع الآخر: فمنذ أن كان جنيناً كان في علاقة بين الأبوين كفكرة ، قبل أن تكون فعل ، ومع أمه فهو في علاقة إلتصاقية اعتمادية، ومن خلال هذه العلاقة ، ونظام العلاقات المتسلسل الذي سيلي ذلك ، يعرف ذاته، وتتحدد هويته، كما تتحدد توجهات حاجاته ورغباته العاطفية ، ومن ثم الجنسية ومن خلال العلاقة مع الآخر وقوتها، يكون مستوى النضج، فالنضج العاطفي والقدرة على الارتباط الوثيق، الذي يحمل الرضا والتوافق والنضج الجنس ، يعزز الرباط الزواجي، ليسا مسألتين حميمتين تعطيان بيولوجياً، بل لا يكفي مجرد النضج الجسمي لضمان نجاحهما وفعاليتهما، فهما نتاج الصحة الجسمية بالطبع ، إلاّ أنهما يتشكلان في سوائهما ، واضطرابهما بالتاريخ الشخصي ، بكل حمولاته العلائقية ، فلا يكفي أن يصل الإنسان سن الرشد الجسمي ، حتى يرتقي إلى مستوى الرشد العاطفي والجنسي . ويمكن أن تحدث الفروق السيكولوجية ، بين الصبيان والبنات تبعاً للتنشئة الاجتماعية من قبل أبائهم ، فمثلاً يمكن أن يميل الآباء إلى حمل أبنائهم ، واللعب معهم في عمر ما قبل المدرسة بخشونة أكبر ، كما يفعلون ذات الأمر مع بناتهم ، وإنهم في الأغلب يعاقبون أبنائهم جسدياً ، وهذا ما يؤدي إلى أن يكون أسلوب لعب الصبيان جسدياً أكثر خشونة ، وقد قام (لانجلوسوداونز ،langlois،downs،1980) بملاحظة ردود فعل الأبوين للعب أطفالهم في عمر ما قبل المدرسة، بألعاب مصنّفة نمطياً على أنها ألعاب إناث أو ألعاب ذكور ، فوجدا أن الآباء يشجعون اللعب باللعبة المناسبة للجنس ، وينهون لعب الطّفل باللعبة غير المناسبة ، وخاصة عند الأولاد ، وبالمقابل لم يكن هناك ثبات في ردود فعل الأمهات للعب الأطفال اللعب المناسب لجنسهم ، أو غير المناسب ، كما يميل الآن لأن يحملوا توقعات أعلى من أولادهم أكثر من بناتهم ، وأن يطالبوا الأولاد باستقلالية أكثر (block،1979) كما أنهم يستجيبون لطلب المساعدة من بناتهم بشكل أسرع ، ويركزون معهن على جوانب العّلاقات الشّخصية ، في النّشاطات أكثر من تركيزهم على جوانب المهارة (rothbart،rothbart، 1976) وفيما يلي سنلقي الضّوء على النّمو الجّنسي المتدرج ابتداءً من السّنة الأولى من العمر .

يبدأ الطّفل عامه الأول هادئ مطيع ، شغوف بإرضاء الآخرين ، يستمتع باستعراض مهاراته الجّديدة ، وتستمر هذه المرحلة لحوالي ستة أشهر ، وفي سن الثّالثة والنّصف ، يحدث تغييراً حيث يمر الطّفل بفترة من التّجريب ، والتّمرد يكون فيها منطوياً على نفسه ، وذا إرادة قوية . ومن الصّعب التّنبوء بأفعاله، وقد يكون كثير الأوامر، وكثير الأنين ، غير مستقر ، ويصرّ على أن يوليه من يحيطون فيه انتباهاً فورياً ، وقد تظهر لديه عادات جديدة مثل : قضم الأظافر ، التبجح ، التلعثم. ويساعد كلاً من الصّبر والحزم الطفل على تخطي هذه المرحلة، ويستعيد الطّفل توازنه عندما يكمل عامه الرّابع . أما بعد الثّالثة فالنّمو العّاطفي عند أبناء ما بعد الثّالثة، يسهم فيه عاملان:

1- سيطرة الطّفل المتزايدة على اللغة ، فهو أصبح يستخدم الكلمات بدلاً من الحركات الجّسدية للتعبير عن مشاعره ، كما أن لديه القدرة على التّخاطب بدقة أكبر ، فتتحول عبارة /لا آكل هذا/ إلى عبارة (لا يبدو لذيذاً) ، عندما ينظر الوالدان في دوافع الطّفل ، يزيد احتمال استجابتهم بالتّفاوض ، بدلاً من الإصرار على الطّاعة العمياء ، وللتفاوض ميزة كبيرة ، فإنه ينتج عنه على الأقل طرفان راضيان جزئياً بدلاً من طرف فائز ، معتد بنفسه ، وطرف خاسر مشاعره مجروحة .

2- في هذه السّن ينمو الوعي بالهّوية الجّنسية ، فنجد الأطفال يرغبون بشدة في مشابهة والديهم، فيقلدون كلام والديهم وأفعالهم ، ويستجيبون لتوجيهات والديهم، وهم يفعلون ذلك لنيل مديح الوالدين وتعاطفهم ، حتى أن ميلهم للتّفاخر بأنفسهم ، تفسره رغبتهم في التّأثير على الوالدين في هذه السّن أيضاً ، يبدؤون بالاعتماد على الآخرين والتّقارب والتّباعد والاحتجاج والجّزم ، كما يصبحون قادرين على التّجاوب العّاطفي ، فقد حان الوقت الذي يتحرك فيه الأطفال ويحاولون إرضاء طفل أخر يبكي ، كما يبدأ الأطفال خلال هذه الفترة في تعلم القواعد والأدوار والمسؤوليات المرتبطة بكونهم أولاداً أو بناتاً ، فيبدأ الأولاد في إقامة علاقة خاصة مع الأم ، بينما تأمل البنات في هذه السّن بالعّلاقة مع الأب ، فبينما نجد الصبيان يصرحون برغبتهم بالزواج من أمهاتهم ، نجد البنات يتصنعن الخجل أمام آبائهم ، وتشعرن بالتّنافس مع أمهاتهن ، ونجد الصّبيان يشعرون بالتّنافس مع آبائهم، وكلاً من الصّبيان والبنات يستثاروا من علاقة الوالدين بعضهما ببعض ، وفي النّهاية يدرك الأطفال أنه لا جدوى من هذه الآمال . وبعد فترة ينقضي هذا التّعلق ونجد أن الصّبيان ، يكونوا علاقة قوية مع آبائهم ، كما نجد البنات تكونّ رابطة قوية مع أمهاتهن ، وهذه المرحلة تنعكس على اللعب التّمثيلي ، فنجد أن الأولاد يلعبون دوماً دور الأب والفتيات يلعبن أدوار الأمهات ، وبهذا اللعب يتحدد لدى الجّنسين (الصبيان والبنات) الوظائف بصراحة وبصورة متكررة . وبهذا الشرح المبسط لنمو الأنا عند الجنسين ، يمكننا استكمال الشّرح الدّقيق من منطلق التّحليل النّفسي الفرويدي ،حول نمو الهوية الجّنسية ، وبروز العقدة الأوديبية ، وهذا الحال موجود في كل الثّقافات البّشرية و عند كل الشّعوب ، فحيث أن (فرويد) لم ير أن الأنا، هو ضرب من التّكيف غير المناسب ، لقد رأى أنه متناقض في ذاته بوصفه عرفاً اجتماعياً ، لكنه لم ير أنه ليس ضرورياً ، ولم يستطع أن يتصور الوعي دون ثنائية الذّات والموضوع. كما أن (يونغ) بمعرفته الواسعة حول الفكر الشّرقي عموماً ومعرفته المكثفة حول تاريخ الأجناس البشرية وعاداتها وقيمها ورموزها ، (فيونغ) يطرح الأمور بشكل أوسع فيقول: إن العّقل الشّرقي لا يجد صعوبة في تصور الوعي دون أنا، حيث يرى أن الأنا في أشكاله الرّفيعة يختفي تماماً ، ومثل هذا الشّرط العقلي الخالي من الأنا ، لا يمكن أن يكون إلا لاواعياً بالنسبة لنا ، وذلك لسبب بسيط يتمثّل في أنه ما من أحد ليشهد عليه ، فأنا لا مثلاً أستطيع أن

أتصور حالة عقلية ، لا تشير إلى ذات ، أي إلى ،،أنا،، فقد يكون الأنا بلا قدرة، مجرداً من إدراكه للجّسد على سبيل المثال ، لكن مادام هناك إدراك لشيء ما ، فلا بدّ من أن يكون هناك من يُدرك . في عمر السّنتين يكون معظم الأطفال قادرين على تعريف أنفسهم بوضوح على أنهم أولاداً أو بناتاً ، وإن إلى حدّ ما لا يعرفون معنى هذه التّسميات بشكل واضح ، ولكن مع عمر الثّلاث سنوات تصبح الفروق العّائدة للجّنس واضحة في اختيار الألعاب ، وفي أنماط اللعب ، أما في عمر الخمس سنوات فغالباً ما يستطيع الأطفال التّعبير عن التّمطية (slereotypic) المتعلقة بمهن وأنشطة الرّاشدين المناسبة للجنسين ، ويحب الأطفال ما قبل المدرسة ، رفاق لهم من نفس الجّنس بنسبة أكبر من حبهم للرفاق من الجّنس الآخر ،فيختاروهم كرفاق لعب. فعندما يكتشف الطّفل الصّغير الفروق الجّسمية بين أعضائه ، وأعضاء أخته مثلاً ، أو أعضائه وأعضاء والدته ، ينشئ لدى هذا الطّفل شعور بالفزع ، والاضطراب من أن يفقد ما لديه ويصبح مبتوراً ، وكذلك البنت الصّغيرة عندما تتبين الفروق بينها ، وبين أخيها تتولاها الغيرة ، وتأكل نفسها نيران الغّيرة والحسد .

إن التلقائية في دور الأب ، تأخذ محلها في العّقدة الأوديبية ، التّي تشكل الحلقة المفصلية في التّحول إلى نمو الأنا الطّفلي ، من خلال مرحلة العّبور الضّرورية عبر العّلاقة الثّلاثية المنفتحة على نفسها ، ثلاثية (أب، طفل، أم) . وهذه الحلقة تعتبر بداية لمرحلة مصيرية بالنّسبة للتّطور الجّنسي عند الطّفل ، وإدراكه لهويته الجّنسية ، من خلال إدراك الفّارق الجّنسي لوالديه ، ومن خلال التّماثل مع المشابه ، والتّنافس على المختلف ، وذلك حسب سباق زمني ، لا يمكن تحقيقه إلا بضرورة العّلاقة مع الأم والأب ، والفراغ المتشكل له لحرية الحّركة والتّوجه ، ففي حين يكون الطّفل مرتاح بجلده وجنسه، في العّلاقة الجّنسية الاندماجية مع الأم خلال المرحلة الجّنينية ، تأتي الولادة وتقطع هذا الاندماج المكاني، لتخلق البعد الآخر لبدء الزمن ، بوجود الشّاهد على هذا الانفصال، وهو الأب ، واستعداده للإسناد الداعم ، ليأخذ المولود الجّديد الحّيز الآمن ، في انفصاله الحواسي عن الأم، مما يجعل هذه الحّواس تُراكم إحساسات جديدة بالآخر المعني بهذا المولود ، من حيث الاعتراف فيه ، من خلال الالتقاء البّصري الأولي ، والألفة مع صوته وقراءة المؤثرات الجّديدة ، التي يطبعها على جسده الذي ينمو . هذا الاعتراف على المستوى التّخيلي ، يتم من خلال الإدراك المتخيل للطّفل ، وذلك من خلال البنية الأوديبية، التي تسمح للرّغبة بالتّحول من : الأنا/ اللأنت ، وبذلك يعرف الطّفل الصّغير جنسه ، و يستدل عليه بالمقارنة مع أبيه أو أمه ، سواء كان واعياً للاختلاف الفيزولوجي أم لا. وهذه الاستيهامات والصّور الذّهنية الجّنسية للوالدين عند الطّفل ، تحمل تأثيرات قوية وثابتة على اللغة ، ويشمل المذكر والمؤنث منظومة من التّصنيف ، تعمل بصورة مبكرة عند الطّفل ، منذ أن يبدأ التّعبير الوظيفي بالتّمييز بين هو وهي . كما أنه بصورة مبكرة يتحول التّعارض بين ما هو أم ، وبين ما هو غير أم إلى

التّعرف إلى الأب والأم ، وهذا ما يعزز التّوظيفات المرتبطة ، بأن هذا الشّخص الثالث موجود و حقيقي ، وهو مهم بالنّسبة للأم ، وإن ما توظفه الأم والطّفل غير مهم في تحوّل الشّخص الثالث إلى موضوع حب، وموضوع تقمص والدّراسات التّحليلية عند (أوجيبي جوليان،marieeugeniejullian) توضح أن الأب والأم عند الأطفال (صبيان كانوا أم بنات) يكوّنان أهمية كبيرة في التّطور النّفسي ، لان صورة الأب والأم هي موضوع توظيفات مترابطة ومتكاملة ، عبر المفهوم الأولي الذي ينشأه الأب ، ومواقف التّقمص التي تنطوي على استيهام أصلي ، ما هو إلا مؤشر على نمو الهّوية الجّنسية ، وهذه المواقف متناقصة ترتبط بالجّنسية الثّنائية النّفسية (المذكر والمؤنث). أي بالضّرورة الاقتصادية للتّطابق مع تعبيري الاستيهام في المستوى الأولي . لأن هذا المستوى مُتشكّل على أنه إسقاط نحو الخارج لهذا الأعداد الأول ، الذي هو توظيف الطّفل للأم تحقيقاً لنوزاعه القموية ، كما أن رغبة الطّفل أن يكون مثل أمه وأبيه ، هي أيضاً رغبة موضوع الحّب عندهما ، تجبر الهّوية الجّنسية المعترف بها والمفروضة عبر رغبة الآخرين ، على معالجة قطبي الجّنسية الثّنائية بشكل مختلف ، والمعارف الجّديدة حول تصرفات الأطفال الصّغار تجذب الانتباه إلى الدّور الرئيسي للأم في التّشكلات الأولى للنشاط النّفسي ، وحتى الأم البيولوجية ، ضمن نوع من الاستمرارية مع الحياة الجّنينية . ودراسة تفاعل الطّفل الرّضيع مع محيطه الخاص وجود وسائل اتصال موجهة نحو الأم منذ الأيام الأولى للولادة ، وكذلك ردات فعل خاصة نسبياً بالمنبهات المنبعثة منها ومصير الجّنسانية الذّاتية ، والتّغيرات المصاحبة لإثارة المناطق الجّنسية ، وإسقاطها على موضوعات خارجية ، من خلال ذلك يعطون لهذه الحالة بعدها اللبيدي ، ويعطون للكبت مفهومه في حال الضّياع الجزئي لموضوع الاثارة . (فينكو) يؤكد أن الصّور الذّهنية الأبوية بالنّسبة إلى المحلل النّفسي المهتم بإستيهامات الأطفال ، توظف بطريقة مزدوجة منذ أن تتشكل ، ولهذا لم يكن عبثاً إعادة (ميلاني كلاين)، الازدواجية إلى بداية الحياة وذلك عبر تقديم قانون الاستمرارية الوراثية . وبذلك فالعّلاقة بين الأم والطّفل لضمان صحته الجّنسية والنّفسية، وتلعب التّجارب الاجتماعية التي يكتسبها الطّفل من أمه والمعاملة الحسنة المرتبطة فيها وحنانها ، تلعب في التّربية الأولى دوراً هاماً ، في إعداد الطّفل وتنشئته سليماً ، من الاضطرابات النّفسية والجّسمية في هذه المرحلة من العمر . اعتبر (فرويد) أن الجّنس هو الأصل في كل مواقف السّلوك ، ونظراً لارتباط الحياة بالجّنس ، فالمفاهيم الجّنسية تعتبر حاجة تعليمية أساسية ، لا تقل أهمية للناشئة من التّلامذة والتّلميذات، عن الحّاجة إلى تعلم القّراءة والكتابة والرّياضيات والكمبيوتر، وكتم المعلومات الجّنسية الشّديد على الأطفال والمراهقين، لن يمنعهم من أن يفتشوا عن رفاق السّوء لتعليمهم ثقافة مشوهة ومشوشة ، ومضطربة عن الجّنس ، قد تشوق الطّفل والمراهق ، للنواحي الشّاذة والمنحرفة في هذا الموضوع . والخجل يكون العّائق الكبير الذّي يقف بين الأب وأبنائه ، والمدّرس

وتلاميذه أمام الفهم الجّنسي الصّريح الواضح . إن الرّغبة الجّنسية عند الطّفل والمراهق، تكون بشكل مثالي ، وتبدو على شكل النّزعات الأفلاطونية و الحّب العّذري . وأنه من غير المرغوب فيه، أن تروى الغّريزة الجّنسية قبل الوقت المحدد له وبالأساليب الطّبيعية، لا بالأساليب الأخرى غير العادية كالاستمناء والاحتلام ، أو الاستعراضات الجسدية وتعري المراهقين أمام بعضهم ، لأن ذلك يؤدي إلى أضرار جسدية ، بالإضافة إلى أثارها المعنوية والنّفسية السّيئة على المراهق . وليس من المحتم والضّروري ، أن يكون إيضاحنا للأمور كاملاً ومفصلاً للطّفل من بداية تساؤلاته عن الأمور الجنسية ، بل لابد لنا أن نقدم ذلك الإيضاح بصورة تدريجية وميسرة ، بأن نقرب الموضوع للطفل تقريباً ، بحيث يتناسب مع مستوى معارفه ومعلوماته وإدراكه وتخيلاته ، وتصحيح الخطأ الذي يكون قد اكتسبه من بعض أصحابه ، أو من الصّحف والمجلات، أو من أحاديث سمعها من الغير أو من الإذاعة أو كانت مبهمة ، أعطته طابعاً خاطئاً مضطرباً عن تلك المواضيع. ومن الضّروري أن يلقن المراهق المفاهيم المرتبطة بالحياة العائلية ونظام الأسرة ، والتّفريق بين الزّواج والطّرق الأخرى الشّاذة ، لإرواء الغّريزة الجّنسية وأضرارها وأخطارها ، بالإضافة إلى دراسات تتعلق بالمجتمعات وتباينها ، ودراسة مشكلة السّكان وتحديد النّسل وأثر الوراثة في الحياة ، وكذلك تلزم المراهق معلومات عن علم الأجنة ، والتّلقيح والتّوالد لدى الحيوانات المختلفة ، ليسهل عليه استقبال القهم الجّنسي عند الإنسان ، وبذلك يقدر على تميز السّلوكيات المنحرفة المتعددة ، التي تحكم سلوك بعض الأفراد وأثرها على الإجرام ، واضطرابات السّلوك والأمراض النّفسية ، ومعلومات أخرى متعلقة بأثر الإدمان وضرر الخمور والمخدرات ، على الصّحة الجّسمية والنّفسية والجّنسية ، والأمراض التّناسلية و(الأيدز) وأخطارها .

والملاحظ أنالآباء يقوموا بتثقيف أبنائهم جنسيا بشكل يمثل لهم جدار حماية لا من الغرباء فحسب، وإنما من بعضهما البعض أيضا، فلا يتعلم الطفل الحدود الفاصلة بين جسد هو جسد الآخر، وماهي الأجزاء المباح كشفها والتعامل معها ،والأخرى التي يجب أن يكون حذر جدا في تعامل الآخرين معها .

يهتم الآباء بأسئلة أبناءهم أوشكواهم أو ضيقهم وتذمرهم من أشياء معينة ولا . يكلفون أنفسهم جهدا أو وقتا للبحث وراء مصادر إزعاجهم وقلقهم، أوالجلوس معهم ولو لوقت قصير بغية التقرب منهم ومعرفة أخبارهم ومستواهم الدراسي وغيرها من الأمورالتي تبدو بسيطة لكنها مهمة وحيوية ..

إن تربية الطفل ليست ترفا أو فعلا ترفيهيا يمارسه الأب وان بعد أن يفرغا من أمورهما اليومية ،كما أنها لا تنتهي عند تلبية الاحتياجات الأساسية له ،إنما هي التزم ومسئولية كبيرة وجهدا شاقا ،يتطلب وعيا عميقا ووقتا وعناية بتفاصيل الطفل وملاحظة دقيقة لسلوكياته. من خلال نسق التربية الفعالة يساعد الأبوان

طفلهما على تمثل صورة إيجابية لهما، والتوحد مع نموذج الأب الذي يمثل صورة السلطة ويرسي القانون الأخلاقي داخل أبنائه .

فكلما كانت تربية الطفل متوازنة منذ الطفولة المبكرة ، وتتموفق أسس تربوية سليمة، فإن الطفل ينشأ بتوازن نفسي واجتماعي، يمكنه من التوفيق بين مكونات الشخصية المختلفة دون جهد كبير ..

ومما لا لبس فيه أن : النّظام الاجتماعي لكل بلد ، يُدخل الأبوة في إطارها الاجتماعي ، فظهور الأب حارس للمسافة بين الوليد وأمه ، من خلال تدخل اللغة ، تجعله يبدأ الانتقال إلى عالم الوّاقع المرمز بالكلام. وبذلك يتم العبور من النّزوة الاندماجية ، إلى عالم الرّغبة المتشكلة عن طريق الطّلب، حيث أن هذا الطّلب المختلف هو الذّي يؤسس الوظائف الأبوية ، من خلال الإحساس بالجّلد الذّكري ، ومن خلال هذه السّببية الدّائرية /جسدي/أمومي/ نفسي/ أبوي/ طفلي/أمومي.

هذه التّنشئة على المستوى العّلائقي ، هي التّي تعطي العّلية لكل الأفعال ، والاستجابة لكل ما هو خارج الجّسد ، أي الآخر حيث أن النّهم الشّديد للإرضاع ، لا يقطع إّلا بحسب موقع الأب القاعل ، من خلال تقديمه المثير الارتكاسي لحضوره ، وقطع الاندماج والتّمتع بالشّبع والبدء بتراجعه ، ليحل النّقصان و تتالي الطلب ، ووجود الأب يقطع اندماج الطّفل البيولوجي ، ليحل محلّه تشكل الإشباع ، عن طريق المتخيل عبر دورة زمنية ، غياب جزئي اندماج كلي .... انه مما لا شك فيه أن عدم تحقق رغبات وميول الطّفل منذ الصّغر يحول دون تحقيقه لذاته ، و انطوائه و انسحابه من المواقف الاجتماعية ، مما تؤدي للخروج عن قواعد السّلوك المتعارف عليه ،كوسيلة للتنفيس أو التّعويض ، عما تعرض إليه من سوء التّنشئة ، مما قد ينتج عنها ممارسته لسلوك عدواني .

كما أن رغبة الطّفل بأن يكون مثل أبيه أو أمه ، هي رغبة في موضوع الحب عندهما ، تجبر الهّوية الجّنسية المعترف بها ، والمفروضة عبر رغبة الآخرين ، على معالجة قطبي الجّنسية الثّنائية بصورة خاصة ، فإن المعارف الجديدة حول تصرفات الأطفال الصّغار ، جذبت من جديد الانتباه إلى الدّور الرئيسي للأم ، في التّشكلات الأولى للنشاط النّفسي ، وهي الأم البيولوجية ضمن نوع من الاستمرارية مع الحياة الجّنينية ، وهناك دراسات تبين تفاعل الأم مع الجنين منذ الشّهور الأولى للحمل ، لذلك لابد من العّلاقة الطّيبة بين الأم والطفل ابتداءً من الولادة وحتى البلوغ ، لأن هذه العّلاقة ضرورية لضمان صحة الطّفل الجّسمية والنّفسية ، وان التّجارب الاجتماعية التي يكتسبها الطفل من أمه، والمعاملة الحسنة المرتبطة بها ، وبحنانها تلعب في الطّفولة الأولى دوراً هاماً ، في إعداد الطّفل وتنشئته سليماً من الاضطرابات النّفسية والجّسمية . وقد اعتبر (فرويد) البعد الجنسي بأنه الأصل في كل مواقف السّلوك ، ونظراً لارتباط

الجنس بالحياة، تكون التّربية الجّنسية حاجة تعليمية أساسية ،لا تقل أهمية للناشئة عن الحاجة إلى تعلم القراءة والكتابة ، واللغة والرّياضيات والكمبيوتر. وبالتالي فكتم المعلومات الجنّسية الشّديدة على الأطفال والمراهقين لن يمنعهم من أن يفتشوا عن رفاق السّوء ، لتعليمهم ثقافة مشوشة ومضطربة عن الجّنس ، قد تغوي الطّفل والمراهق ، وتشده للنواحي الشّاذة والمنحرفة في هذا الموضوع ، والخجل يكون العائق الكبير الذي يقف بين الأب وأبنائه ، والمدرس وتلاميذه أمام الفهم الجنسي الصّريح الواضح .

4- مراحل التربية العاطفية داخل الأسرة

التّربية الأسرية تبدأ من الوقت ، التي تباشر فيه الأسرة رسم الأطر الاجتماعية ، الواجب اعتمادها مع الطّفل المنتظر ، منذ اللحظة التي تفكر بها الأم في الإنجاب ، ولما كانت الأسرة النّموذج الثقافي الأول الذي يحتذيه الطّفل ، لأنها مجاله الحيوي الوحيد الذي ينمو في مداره. حيث أن الأسرة المندمجة في الإطار الثّقافي العّام، تتمكن من إدخال أطفالها إلى التّراث الثّقافي الدّي يحتاجونه ،نظرية التّحليل النّفسي تعتبر أن مرحلة الطّفولة المبكرة ، هي الأساس في اكتساب المعايير الأخلاقية ، التي توجه سلوكه في مراحل النّمو التّالية كلها ، وقد ركزت نظرية التّحليل النّفسي على دور العمليات النّفسية الدّاخلية ، كالتّماهي ودور مكونات الشّخصية الأساسية (الهو والأنا الأعلى) مع إعطاء الأهمية للأنا الأعلى في اكتساب الأخلاق .

كما أن التّنشئة على احترام المراحل الطّبيعية السّائدة في محيطه ، وكذلك المحيط الكبير الذي ينتظره مستقبلاً ، ولخلق هذا التّوازن في تحقيق حاجات الأطفال لا بد من التّدريب في نشأتهم على المراحل التّالية ، التّي عرفتها البشرية ، وكان فيها كل الخّير و السّواء وهي:

1) الرّضاعة.
2) الفطام.
3) ضبط المثانة والأمعاء.
4) الألفة العّائلية.
5) الممنوع والمسموح.
6) الالتزام.
7) الانضباط والتّعود .
8) احترام الآخرين وملكياتهم.

وهنا سأقف عند مناقشة أهم مرحلتين في تنشئة الأطفال ، واللذين لهما صلة بموضوع الصّحة العّاطفية و تنميتها ، وهما مرحلة الرّضاعة ومرحلة القطام.

وأبدأ :

1. بمرحلة الرّضاعة : التي تمثّل المرحلة الأهم في تفعيل القدرات الحسية والدّهنية الفطرية للمولود ، لما لحليب الأم من مزايا لا بد من ذكرها هنا ، وللوضعية الآمنة التي يعيشها الطّفل في حضن أمه ، لا همّ له إلّا الاستمتاع بالمذاق اللذيذ والدّفء ، الدّي لا يعادله مكان آخر غير المكان الدّي كان فيه قبل الولادة .

وحليب الأم الذي يمتاز بميزات كثيرة معروفة لدى الكثيرين ، إلا أنني أحببت التّذكير بها لأهميتها في سياق حديثنا هذا . و هي كما يلي :

- حليب الأم موافق لحاجات الرّضيع البيولوجية حيث خصته الطّبيعة بمواد زلالية ، دهنية ، نشوية، أملاح، هي الأهم وأفضل بكثير مما هي عليه في حليب البقر السّائل أو الجّاف.
- حليب الأم سهل البلع والهضم يلائم جهاز الرّضيع الهضمي ويحميه من المضاعفات التي تسبب تعسر الهضم ويؤمن له الحماية ، من بعض الأمراض والتهاب الرئتين والرّبو .
- المواد الغذائية التي يحتويها حليب الأم ، تحمي الأسنان عند ظهورها من الإصابة بالتسوس.
- تشير الإحصائيات إلى أن الأطفال الذين يرضعون من صدور أمهاتهم أقل عرضة للإصابة بأمراض الحساسية، والأكزيما والطّفيليات الجّلدية.
- حرارة حليب الأم طبيعية فلا حاجة لتسخينه.
- لا يحتاج إلى تحضير مما يوفر الجّهد للأم.
- يحمي الرّضيع من التعفن بسبب احتوائه على مواد مضادة للتعفن منشئها الأم ، وهذا الحليب في النهاية هو وصل المودة المتبادلة بين الأم ووليدها لذلك يكون الانفصال عن هذه الوّظيفة في مرات كثيرة له صعوبات

2. الانفصال عن الأم : الفطام البيولوجي والنّفسي ، إن مرحلة الانفصال مرحلة مهمة من عمر النمو النفسي للأطفال ، كما لابد أن تعاش بأقل الصّعوبات عند الطفل والأم ، وهذه المرحلة تتطلب إدراكاً ودقة شديدة في كيفية التّعامل معها ، من أجل اتقاء حدوث الاضطرابات النّفسية عند الطفل وقلق الانفصال لا يبدأ عند الطّفل قبل بلوغه الشّهر التّاسع من العمر، حيث في هذه السّن يكون الرّضيع قد استطاع أن يميز بين هؤلاء الأشخاص ، الذين تعلق بهم ، وبين وجوه غيرهم من الأشخاص الآخرين ، وهؤلاء الأشخاص هم الأبوين أو الشّخص الخاص بهم الذي يتولى رعايتهم ، في حال غياب أحد الأبوين أو كلاهما ، وقلق الانفصال لا يبدأ عند الطّفل إلا بعد أن يتكون لديه مفهوم دوام

الشيء وفهمه ، أن الأشخاص الذين يغادرونه يظلون موجودين بالرغم من غيابهم عن بصره ، وإلا لما بكى الطّفل من أجل شيء يزول بزوال صورته عن عيونه . إن ميل الطّفل إلى تحقيق الاستقلالية ، يبدأ عندما يتأكد أنه قادر على التّحرك بعيداً عن أهله مزوداً، بجهاز عضلي وحواسي يكنه من اكتشاف ذاته. ومرحلة تحقيق الاستقلالية /مرحلة الفطام/ هي من أهم مراحل نمو الطّفل وأدقها حيث عليها تترتب صحته النّفسية واختلالها فالطّفل ومن السّنة الأولى يميل إلى التّقليد الكبار من حوله ، ولاسيما ذوي التّأثير العّاطفي عليه ، ومن خلال هذا التقليد يحدث التّماهي بهم ، فيقتبس صفاتهم ليشكل منها رصيده في التّكوين والانطلاق إلى الحياة ، وطلب الاستقلالية طلب ملح على الطّفل يفرضه على أهله، مهما حاولوا هؤلاء الأهل منعه من تحقيق مطلبه هذا، هناك من الآباء لا يعرف التّوقيت المناسب لمنح الطّفل استقلاليته ، فالبعض يتوقع أن الطّفل عندما يبدأ بالاعتماد على نفسه ، يجب أن يتحرر أهله من كامل مسؤوليتهم حول تصرفاته ، فنراهم ينزلون العقاب به إن أخطأ ، تؤكد الأبحاث بهذا الخصوص أن الأطفال المتميزين عن غيرهم ، بالاعتماد على أنفسهم ، وهم مستقلون هؤلاء الأطفال ينحدرون من أسر ، يقوم بها الآباء بممارسة الضّبط عليهم، ويطلبون منهم أداء واجباتهم ، من دون أن يغفلوا إشعارهم بحرارة العّاطفة وتقبلهم و تشجيعهم باستمرار لأطفالهم ، في كل مرة ينجحون فيها مثل هؤلاء الآباء يفعلون ذلك في جو عائلي ، يتميز بحرارة العّاطفة ، وعلاقة قائمة على التّقبل ، لا على الرّفض والنّبذ والإهمال أو التّعالي ، وعلى العّكس الأطفال المتميزين بعدم الثقة بأنفسهم وبرغبتهم في الانعزال ، هم الذين كان آباؤهم يمارسون عليهم ضغطاً متشدداً في جو عاطفي فاتر ، يسوده الاغتراب العّاطفي و الجّفاء.

إن حدة ردود الطّفل عند مغادرة أمه ، تقل عند نهاية السّنة الثانية من عمره ، وذلك لأن قدرات الطّفل العّقلية، تكون قد نمت حيث تمكنه أن يحتفظ بصورة ذهنية ثابتة عن الأشياء في حال غيابها ، وهنا من المناسب أن يكون غياب الأم في البّداية لفترات قصيرة ، وهنا لا بد من الإشارة إلى أن العّمر المناسب للانفصال عن الأم ، والذي هو أقل ضرراً على الطّفل في نموه العّاطفي والانفعالي ، ففي عمر /6/ أشهر إذا حصل الانفصال ، لا يشعر الطّفل بالقلق ، إلا إذا لم تُشبع حاجاته ، وهو يتكيف بسهولة أما ومن الشّهر الثامن وما بعد ، يظهر الأطفال ردود فعل سلبية كالغضب الشّديد ، والانزواء من جراء انفصالهم عن أمهاتهم.

إن أشد الأوقات حساسية من حيث الانفصال عن الأم هي تلك الحقبة التي يكون في أثنائها الطّفل آخذاً في تكوين علاقات عاطفية ، بشكل ينحو نحو الاستقرار والثّبات بين الشّهر السّادس ، ونهاية السّنة الثانية، فبدلاً من أن يكون الفطام قسرياً ، فمن الجّيد أن يتم بتدريج ، وذلك بإدخال اهتمامات أخرى بديلة تحلّ محل وقت الإرضاع ، وكذلك من الجّيد أن يكون انفصال الأم عن ولدها

متقطع من أن تتركه لوقت طويل مرة واحدة ، و تدعه يواجه مصيره لوحده ، وعندما تحضر تلصُقه بها تعويضاً لما حصل له في أثناء غيابها عنه ، وبذلك تعاقبه أكثر لأن زخم عواطف الأم بهذه الطّريقة تجعله أكثر أذية ، عندما تغيب عنه ولادته في المّرات القادّمة ، ومن الجدير ذكره أن الفترات المتقطعة لغياب الأم، وحضورها بداية السّنة الأولى، هذه العّملية تدخل الطّفل في الحقل الرّمزي ، وتجعله يسقط نفسه عن طريق التماهي في صورة أمه وهي بعيدة عنه ، لكي يدمجها في نفسه في مرحلة لاحقة . و يتمكن من السّيطرة عليها ، كما أن الطّفل لا يستطيع أن يستوعب هذه الصّورة و يتماهى بها إلا عن طريق الآخر الكبير ، الأم، الأب، أو من ينوب من بهما . وعن طريق دخول عالم اللغة الذي يجيز له التّعريف بصورة ، وبذلك يدخل الطّفل عالم الآخر الكبير ، على أساس وحدة وجودية يتلقاها من والدته في كل مرة ، يتوجب بها إلى أمه بطلب اعتراف بوجوده ، هذا الطلب يعطيه حق الاعتراف ، ففي العمر الذي يدخل فيه الطّفل مرحلة المرآة ، أي المرحلة التي يستطيع أن يميز فيها صورته أنها منفصلة عن صورة والدته في المرآة ، عندها ومن كون هذه الصّورة تنفصل أمامه ، كواقع له في الخارج بشكل واضح ، مسقطة صورته أمامه كواقع ، هذه العملية، تفتح المجال لاحقاً لكل التماهيات المتخيلة التي تتكون الآنا منها ، حيث و كما يقول المحلل النّفسي الفرنسي الشهير(جاك لا كان) : أن الأنا التي تتعامل بها مع الواقع ، هي مجموع التّماهيات المتخيلة، مع الأم، الأب ....و التي تحصل في عملية الغياب وما يعقبها من حضور.

وكما يعلل(فرويد) أن الانفصال هو المصير، إن مصير الإنسان في كل مرحلة ، من مراحل حياته هو الانفصال : انفصال الجّنين عن الرّحم ، انفصاله عن الثّدي وانفصاله عن الأم إلى المدرسة ، فانفصاله عن الجّو العائلي وانفصاله عن أصدقائه في المدرسة ، وانفصاله النّهائي في الموت ، الذي لا يعتقد الإنسان أنه سيحصل يوماً ما لمن يحب.... لكنه المصير ، فقدر الإنسان أن يخسر دائماً بسبب الانفصال ، فيشعر في كل مرحلة من مراحل حياته ، بأن جزءًا قد انتزع منه بالقّوة ، كل ما يُفصل عنه الطّفل بالقّوة يكبت ويغفو في النسيان ، ومع كل حركة انفصال وكبت تتضح مسيرة الحياة الطّويلة، وتستمر سلسلة الانفصالات المتلاحقة. فكل شيء يسير منذ الولادة وحتى نهاية مرحلة المراهقة وفق مسيرة الحياة المليئة بالانفصالات المتتالية ، وعلى ضوء نوعية الانفصالات وآثارها وذيولها تتوضح مسيرة الحياة بأكملها.

ومن العوامل المؤثرة بالانفصال عن الأم نذكر:

1. العوامل الصّحية عند الطفل.
2. التّغيير المفاجئ في الوسط الخارجي.
3. طبيعة العناية التي يتلقاها الطّفل من قبل من يحل محل الأم.

4. طبيعة علاقة الطّفل بمن يهتم به قبل أو بعد انفصاله عن الأم.

إن كل العناية الجّسدية التي تؤمنها الأم للطّفل، والمعاملة الجّيدة ، التي يحصل عليها لن تشفي الطّفل من قلق الانفصال ، إذا حصل بشكل فجائي أو إذا طالت مدته. فهل اختفاء وجه الأم هو الذي يثير الخوف وحده ، أم أن الخوف من غياب الأم ناتج عن تعلم الطّفل بأن حاجاته الوظيفية البيولوجية لا تلبى في غيابها ، فيدرك من خلال تكرار عدم الإشباع أن الغياب مثير للقلق ، وتلك المثيرات تشكل تراكمات نفسية مقلقة ، الأمر الذي يولد خطراً داخلياً يتعامل معه الرّضيع ، على أنه موقف عجز مما يشير إلى وجود درجة من الوعي عند الرّضيع ، تجعله يربط راحته بوجود الأم. وهذا يدل على أن سبب قلق الانفصال مرتبط بما سماه العلماء التّعلم الارتباطي. والرّغبة في الاستقلالية تعد الطّفل ، كما يجدها النّفسانيون ، هي دافع نفسي فطري ، حركي لا يمكن لأحد أن يوقف نمّوه ، وتطوره ، وإلا يكون قد ساهم في أحداث إخلال في التّوازن النّفسي عند الطّفل .

ولكن قد نجد أمهات كثيرات ، لديهن مشكلة في استقلالية أطفالهن وفطامهم البيولوجي ، ومن ثم القطام النّفسي عنهن ، رغم تأفف الأطفال ولغة الرّفض التي نجدها عندهم ، فقد نجد لدى مثل هؤلاء الأطفال تكرار كلمة (لا) في كثير من المّرات وفي ظروف غير مناسبة لقولها. فمثلاً قد يكون الطّفل شديد الجوع ، وعندما يُسئل، إن كان يريد تناول الطّعام يُجيب (بـــ لا) لأنه النّزعة الدّاخلية لديه، تدفعه لأن يشعر بأنه يستطيع أن يرفض ساعة يشاء ، ويقبل ساعة يشاء ، وحين تحاول الأم إرغامه على الطّعام، أو منعه من الأكل بمفرده، فهو سوف لن يأكل ، ويمكن أن يحتج أكثر برمي صحن الطّعام، و بصق الطّعام الذي فرض عليه أكله، فيلوث كل شيء من حوله ، وهنا نتيجة هذا الموقف ، تكون ردة فعل الأم قوية وسلبية بذات الوقت ، فتسمع أن الأمهات الذين يصرخن بشكل لا إرادي ، في وجه أطفالهن ويؤنبوهن على فعلتهم بشكل عنيف ، وهذا مثال بسيط عما يدور بين الطفل وأمه ، في مرحلة الجّهاد لتحقيق القطام النّفسي ، هناك الكثير من المحللون النّفسيون ، لاحظوا من خلال اختباراتهم العيادية ، أن أبرز المشاكل التي أنتجها الانفصال ، هو صراع بين التّملكية الشّديدة والقلق الحاد والغضب الشّديد، فالطّفل يعتقد بأن الانفصال ، هو تعبير واضح عن رغبة الرّاشد في التّخلي عنه ، وهذا ما يولده لديه الشّعور بالعدوانية ، الذي يترجم في أفعال تعبر عنها وتكون موجهة ضد موضوع الارتباط (الأم، الأب، المربية).

هذه المرحلة تكون جلية في عمر السّنتين من عمر الطّفل ، و غياب هذا الصّراع هو مؤشر واضح لدى النّفسانيين على وجود اضطراب أو خلل في نمو الطّفل النّفسي و العلائقي . أي أن الاضطراب في نمو العّلاقة المرضية بين والديه ، يصعّب من ذلك لديه ويسبب لديه مشكلة ، في تحديد موقعه داخل أسرته

و بالتّحديد بين والديه ، فنجد الطّفل في مثل هذه الحالة متعلق بأمه فيفعل ما تريد منه أن يفعل، ويمتنع عما تريد أن يمتنع عنه ، هذه الظّاهرة قبل السّنتين طبيعية ، لكن إذا تخطت ذلك فتشير إلى نمو مرضي شاذ .

الحاجة إلى الاستقلالية ، تأتي نتيجة الإشباع من الحاجات الأولى/الحب/ فتعطي الطّفل الشّعور بالثقة بالنفس وبالآخرين، من كونه يستطيع إدارة شؤون نفسه قيصرّ على إنجاز أعماله بمفرده، مما يمنحه شعور بالارتياح والاندفاع في أثناء تنفيذ العمل، وهذا ما يزيد ثقته بنفسه والاعتزاز بها، أما تقييده و زيادة التحذيرات له، يخلق لديه مشاعر إتكالية و يجعله متردداً عديم المبادرة، وتكرار هذه المحاولات، هو ما يثبت عليه هذه الصفات. وبذلك تكون مرحلة الاستقلالية، من أهم مراحل بناء الشخصية، لذا يجب التأكيد على الأهل أن تتم بهدوء و تتدرج، بحيث يستطيع الطفل الاعتماد علة نفسه والانفصال عن أمه في تحقيق بعض الحاجات وهذه الحالة من الانفصال وتحقيق الاستقلالية صحيح لها أن تبدأ منذ الطفولة في هذه الحالة الصراعية بين الطفل وأمه. ولكنها في حالات كثيرة تبرز في عمر الشباب وكذلك في سن الزواج و بعده ، حيث أن الأهل في سن المراهقة يردون كثيراً معاناتهم مع أطفالهم حين الطفولة، وهم اليوم أيضاً مترددين في منحه حريته في اتخاذ القرارات الخاصة به، حيث ما زال يراودهم من أنه يفضل آراء غيرهم عليهم ويضعفون من عزيمته أيضاً، حينما يصبح رجلاً ويريد أن يعيش وحده بدافع تحقيق استقلاليته فيتهمونه بنكران الجميل، ويحاولون منعه من السفر للسبب عينه، لأن الأم التي أمضت أجمل أيام حياتها ، و شبابها في خدمة هذا الولد ورعايته والسهر على راحته وحاجاته ، لا توافق في لا وعيها على مفارقته، وتحاول منعه عن ذلك بقسر عاطفي من خلال بكائها مرات ، وتوسلها مرات أخرى .

، لإشباع غريزة هذه الأم التملكية ، لأنها لا يمكن أن تجد في استقلالية ولدها ، إلا تمرداً عليها ومحاولةً للتخلص من رعايتها و حمايتها .

ولا يقل هذا الشأن عند بعض الآباء عنه ، لدى بعض الأمهات ، فكثير من الآباء يجد أن نزعة الاستقلالية عند ولده، ما هي إلا تمرد واضح على سلطته.

وقد تقع كثيراً من الأسر في ممارسات تربوية خاطئة من غير قصد، ومستقبل أبنائها نتيجة قلة الخبرة وقلة النوعية اللازمة لهم في التنشئة، ومن هذه الأخطار التي تنجم عن سوء الانفصال والفطام نذكر:

1) أسلوب التدجين : الذي يمارسه الكثير من الآباء والأمهات في معاملة أبنائهم ، كأنهم طيور أو حيوانات وذلك من خلال تنشئتهم على التبعية المطلقة في كل تصرفات أبنائهم ، وتقليص حريات هؤلاء الأبناء. مما يولد عند الطفل ثورات من الغضب أحياناً، وأحياناً أخرى يركن إلى حالات العزلة والانسحاب، وكلا الحالتين ما هما إلا نتاج عن كبت المشاعر المرافقة ، لكل موقف معاش مع

الأسرة، التي تحد من إدارة أبنائها ، واعتبارهم ملكاً خاص للأبوين يسقطان عليه نرجسيتهما، التي تقتل الإبداع والإشراق في حياة أبنائهم ، وكذلك في حياة مثل هؤلاء الآباء والأمهات.

2) التدليل المفرط: الذي يزيد من التبعية ويحرم الطفل من اختبار معنى (اللا) في الحياة، حيث أن إدراكه لهذا المعنى يعطي غنى في الاحتمالات الذهنية، للمواقف التي تواجهه وتجعله مرناً مستقلاً يتحمل نتائج مواقفه، وليس تابعاً لوالديه. ومثل هؤلاء الأبوين، يأخذان معنى البقرة الحلوب في حياة أبنائهم، حيث يبقون في حالة الرضاعة المستمرة، ويجعلونهم عاجزين عن الفطام.

3) ومن الأخطاء الأسرية أيضاً: خلو بيئة الطفل من الحوافز التي تحرض نموه، مثل هذه البيئة تهمل انتباه الأطفال للاكتشاف واللمس والاختبار، ومن ثم التعلم من خلال الإشباع لرغبة الحياة في داخله، للانطلاق وتحقيق متعة التعلم الذاتي وغير المقنن، بسلوكيات محددة وحدود مرسومة وأحياناً موجه ضمن كلمات محدودة، تعطي في صيغة أوامر منطلقة من حب أعمى لهؤلاء الأبناء يعوزه النور والهواء الضروريان لنمو العقل والجسم والروح، ويرجع ذلك إلى عدم المعرفة بمتطلبات النمو السليم في مراحله المختلفة.

4) إغداق الهدايا: وهذا الموضوع يتم في أسر كثيرة بدون مراعاة الحاجة للهدية بين فترة وأخرى ضمن مدة زمنية، ولا يفرقون بين الإعراب عن هذه الحاجة وبين امتلاكها وبين امتلاك الطفل لها. وموضوع كثرة الهدايا ليس له فائدة في حال كانت أن تتم بدون حساب ، ودون تهيئة ومقرونة بإنجازات حققها الطفل أو لحظات حرجة مرّ بها. لتكون الهدية بمثابة مشاركة وجدانية من ذويه لتقدم طفلهم في النضوج، والنمو السليم المرافق لنجاحات ومواقف شدة يعقبها فرحة الفوز والنجاح بالهدايا المعبرة والمناسبة للوقف ولعمر الطفل.

5) المعاقبة القاضية: الذي ينفذها بعض الآباء وهم في حال نوبة غضب، بحيث يعجزون عن السيطرة على أنفسهم، ويعمدون إلى ضرب الطفل ضرباً مبرحاً، فيكونوا قد أدخلوا الطفل في مشكلات أكثر خطراً من العقاب، الذي تعرض له نتيجة قناعة أسرته بأنها تؤدبه، وبذلك ينشأ الأبناء الذين يتعرضون لهذا الأسلوب في التعامل مع الأخطاء، بمواجهتها بغضب عبر التنشئةعلى تكريس العقاب، هو بالتأكيد هروب من تحمل مسؤولية الفشل.

6) إجبار الطفل على القيام بالواجبات الاجتماعية : التي لا تهم في كثير من الأحيان الطفل كحفلات الزفاف ، وزيارات المعايدات وزيارات المناسبات أحياناً، التي تجلب له الحزن والإحباط، ومثل هؤلاء الآباء يعتقدون بضرورة إقحام أبنائهم، في هذه الواجبات من كونها تزيد من خبرتهم، وفي حال اعترض أبنائهم على ذلك، يوبخونهم توبيخاً جارحاً وأحياناً يجابهون ذلك بعقاب جسدي شديد.

7) الحدود السلوكية الضيقة: هذه الحدود التي يرسمها الآباء لأبنائهم من حيث حصر المساحة الممكنة لهم في التعبير الانفعالي، لما يعيشون ضمن أطر يضيقون ذرعاً بها وتجعلهم ضحية للقهر، بحيث يقبلون الحدود السلوكية التي رسمها آبائهم وعليهم احترامها وعدم تخطيها.

ومن الممارسات الخاطئة العامة في بلادنا والتي تعود لفترة الطفولة الأولى:

أ- هز السرير: هذه العادة الخاطئة التي تقود الطفل على أن لا يهدأ إلا باستثارته جسدياً، أو بسماع صوت أمه وهمهمتها، فالرضيع لا يعرف هذه الحاجة، وبإمكانه تجنبها مما يوقيه من سلامة جهازه العصبي وتقليل تنبيهه الانفعالي، إلى الحدود التي يحتاجها في النمو الطبيعي.

ب- ساعات حمل الرضيع: هذا السلوك الناجم عن عاطفة أمومية، يصعب كبحها، حيث الأم هي من يصعب عليها انفصال وليدها عنها، ولكن التربويين يحذرون ألا تزيد ساعات حمل الرضيع على ساعات نومه، لأن في ذلك خطورة على نموه الجسدي أولاً ومن ثم النفسي. لأن هذا الالتصاق القسري مع الأم من خلال الاحتضان، يقلل حريته بالحركة الضرورية للنمو السليم، وكذلك هذا الالتصاق يحرمه من إشباع فضوله للاستجابة، لما يسمع ويشاهد من حوله من مثيرات متنوعة ومتعددة كلها ضرورية له ولنموه الحسي وما وراء الحسي، الذي يؤهله الإدراك السليم والنمو الانفعالي المريح. وأخيراً إن مساعدة الطفل على تحقيق استقلاليته، كما يرى التربويون، ما هي إلا الوسيلة الأهم لبناء إنسان واثق، وقادر على مواجهة الحياة، ومصاعبها ومشاكلها، متمتع بشخصية متوازنة وسليمة، والنفسانيون يفسرون رغبة الطفل بالاستقلالية كالذي يرفس الخشبة، ليرمي نفسه إلى الماء، ويسبح إلى الأمام، لكنه في الوقت نفسه يبقى متمسكاً بحبل النجاة بشدة وقوة ليستخدمه عند ظهور أول بوادر الخطر التي تهدّد حياته، لذا فإن استقلالية الطفل عن أهله، لن تكون استقلالية تامة، بل أن الأهل يبقون دائماً كحبل الإنقاذ الذي يمسك به الطفل بقوة، عندما يهدده الخطر، فصراع الطفل بتحقيق الاستقلالية، هي مرحلة من التنازع مع النفس، فهو يريد أن يثبت استقلاليته، ليثبت أنه صاحب شخصية متميزة، قادرة على مواجهة المشاكل الحياتية، بكل عزيمة ولكن خبرته لا تسمح له بالتخلي عن والديه عندما يحس بالخطر، لأن خبراته المعرفية و الإدراكية ما تزال عاجزة عن تذليل كل العقبات، لأن الطفل وإن رغب في الاستقلالية والاستطلاع، فإن قدراته الفكرية ما زالت بدائية، أي أنه لن يستطيع اكتشاف الأحرف بنفس طريقة صنع بيت من المكعبات، بل هو يحتاج لأن يجلس في حضن أمه مرات، و يتعلم الأحرف وهو في جو مفعم بالحنان واللمسات الدافئة، لأن حاجة الطفل إلى الاستقلال هي شديدة الاتصال بحاجته، إلى التأكيد الذات و الثقة بالنفس، وتأكيد الذات لا يتحقق بصورة كاملة إلا بالاستقلال الذي يتاح للطفل من خلال مراحل النمو. وهذه الممارسات الخاطئة، يجب أن تُنبه لها النساء منذ عمر مبكر، وتأتي ضرورة أن

تعدل المناهج المدرسية، ليضاف إليها حول التنشئة المناسبة، لمساعدة الطفل في تحقيق هذه الحاجات. ومن هذه الحاجات التي يجب أن يتم تسليط الضوء عليها، في المناهج المدرسية والإشارة إلى كيفية عيشها من خلال المقررات الاجتماعية، من خلال ورشات تعمل على تنظيم الطلبة في المرحلة الثانوية والأنشطة اللاصفية، من خلال زياراتهم لمراكز الرعاية الصحية، وكذلك لدور الحضانة ورياض الأطفال، وحتى مستشفيات الولادة والأطفال. مما يعطيهم التصور الصحيح لمراحل النمو القادمة في حياتهم، التي عليهم الإعداد لها بناء على معلومات واقعية وعلمية صحيحة.

ومما تقدم نصل إلى أن: الجنس يمتد عميقاً في الجذور النفسية، وكذلك فأن هذا الدافع القوي يحتاج إلى إشباع أمام التنظيم الاجتماعي السائد، فيصبح الاصطدام حتمياً ومباشراً عند عدم القدرة على التوفيق بين الحاجة وإشباعها، وبين الحاجات الأخرى في المجتمع، وبذلك يصبح من الضروري عدم تجاوزها، لما فيها من أذى مادي ونفسي، فالنفس يبدأ من صراع الحاجات البيولوجية الجنسية، والحاجة إلى اعتراف المجتمع بهذه الحاجات، لذلك تبدأ معاناة الشباب من هنا، حيث إيقاع هذه الحاجات لديهم قوياً، لأن الجنس ينتشر على مدى الحياة النفسية للإنسان، فيبدأ كالمحور الصاعد من الحاجة البيولوجية، ليدخل في الجانب الانفعالي، ومن ثم يأخذ شكله ضمن أنماط التنظيم والحياة الاجتماعية.

5- الصحة العاطفية والوظائف الأسرية

تشكل الأسرة المجال الحيوي الأساسي لتكون مقومات البنية الشخصية وفاعلية وظائفها وكذلك مدى ونوع تفاعلاتها وانتمائها وحيوية تطورها. إن المجال الأسري العام والمتعرف عليه تاريخياً وفلسفياً، يتحدث بأربعة أركان ارتأينا أن تمثل بمربع بنيوي ممثل مجال الأسرة الحيوي والمعبر عنه كما يلي:

أركان الأسرة الأربعة :

1. العلاقة الزوجية.
2. العلاقة الوالدية.
3. علاقة الأخوة.
4. العلاقة مع الأهل والمحيط.

هذه الأركان الأربعة تتفاعل بشكل لا محدود في الكم والنوع لتعطي لكل حالة فرادتها وأصالتها وديناميتها ومسارها ومصيرها الذاتي.

أ- الرباط الزوجي و مقوماته :

بتداخل الثقافي و الاقتصادي و البيولوجي و النفسي في دينامية الحياة الزوجية و مسار الرباط الزوجي .

جدليات الرباط الزوجي:

أن تحول الحاجات والمتطلبات لدى الزوجين من مرحلة لأخرى يؤدي إلى تغيير الهرمية والأولويات لدى كل طرف منهما.

ب- من الأمور الملحة على الرباط الزوجي بروز الحاجة إلى الإنجاب واثبات جدارة الذكورة والأنوثة من خلال الوالدية ذات الأهمية على النفسية على المستوى الشخصي والأهمية الاعتبارية على المستوى الاجتماعي لأن الإنجاب والقدرة عليه هو دليل جدارة الهوية الجنسية لكلا الزوجين.

ت- تفكك الرباط الزوجي (الهجر و الطلاق):

التصدع المخفي أو المعلن يؤدي إلى التفاقم الذي ينتهي إلى انفصام عرى الرباط الزوجي عملياً ومادياً في الهجر الفعلي أو الطلاق. وهذه العلاقات المتباعدة والضعيفة بين الزوجين تؤدي إلى حالة من توقف القيام بالدور الوالدي. ودوافع الانفصال كثيرة بين الزوجين، وتحدث تبعاً لتعدد مقومات هذا الرباط بينهما، ولكن المثبت أن أبرز الأسباب نفسية، وتتعلق بمستوى النضج النفسي والنضج العاطفي الجنسي، حيث قصور النضج العاطفي من أبرز أسباب تعثر الرباط العلائقي المستقر والقابل للنماء. وهذا التصدع الناشئ بين الزوجين يتلقاه الأبناء على شكل صيغ متنوعة، تتراوح بين الأفكار النفسية والأزمات النفسية وبين سلوكيات التمرد، وسوء التكييف المدرسي والاجتماعي.

لذلك هناك طرائق درست لتعلم الزوجين لبقية مواجهة التفكك والتصدع الذي يصيب العلاقة الزوجية ابتداءً من :

كيفية الاستماع والحديث بين الزوجين: حيث يتم ذلك من خلال جلسات التدريب على الإصغاء والاستماع، بأسلوب المرآة وتكرار ما يقوله الآخر، والحديث في هذه الجلسات ليست المطلوب فيه أن يتم الحديث من خلال المشاعر، ولكن لتختار مواضيع قليلة التوتر بين الزوجين، كأن تختار مواضيع للحديث عن المشاعر والكلام، مواضيع للحديث عن أمور الأقرباء مواضيع الأمور المزعجة والمريحة.

ولا شك أن مهارة الحوار تعبير أساس لتعميق الرباط الزوجي، والميزة الأساسية لمهارات الاستماع والحوار، أنها تجعل التعرض لهذه المواضيع أمراً مأموناً وسليماً لكلا الزوجين وتساعدهما على مواجهة مواضيع الخلاف وجهاً لوجه وعلى مقاومة الرغبة الشديدة في إخفاء المزيد من المواضيع والمشاعر السلبية التي اعتادا تجنبها. فالإنسان عندما يعبر عن مشاعر أصيلة فإنه يكون

أكثر صراحة ووضوحاً، ويستطيع أن يقول الأمور الصعبة ولكن بطريقة تساعد الآخر على الاستماع. من المفيد أن يتحدث الإنسان عن نفسه في الحياة اليومية فيتكلم عن حاجاته ويطالب بما يريد بدلاً من الافتراض على أن الطرف الآخر يعلم بما يريد

ومن الأمور المفيد التدرب عليها والحديث حولها :

1- معرفة المشاعر والتعبير عنها مثل :

-أشعر بالملل اليوم ولا أدري ما السبب.

-أشعر بالقلق في حالات كثيرة نمر فيها.

-أشعر أنك لا تهتم بي عندما تكون مهتماً بأصدقائك.

2. الكلام بالعبارات الشخصية مثل: أنا، لي طموحي، مستقبلي، مشاكلي، أولادي، وهذا الكلام يسبب صعوبات كثيرة للآخر، ولكن إذا استبدل الكلام السلبي بالكلام الإيجابي مثل:

-أشعر بالسعادة عندما أراك .

-أشعر بالراحة والاطمئنان عندما تكون بجانبي .

-أشعر بالتشجيع بوجودك جانبي عندما أقوم بأعمال تخصني .

.2- استعمال أسلوب المرآة في الاستماع وهذا في الحالات التصدع العاطفي المتقدمة بين الزوجين .

وهذا الأسلوب يتضمن أن يتحدث أحد الزوجين ويستمع الآخر له محولاً ما سمعه من الأخر إليه بأسلوب الإسقاط (المرآة) والهدف من ذلك محاولة فهم الآخر وليس حل المشكلة. ومن الأحاديث الجيد الحديث حولها بهذا الأسلوب بين الزوجين،

كأن يقول لسان حالهم :

- علينا أن نشترك في تربية الأولاد وتأديبهم.
- العلاقة الجنسية بيننا هي من الأمور الهامة بالنسبة لنا.
- أريدك أن تقضي وقت أقل في العمل وتقضي مع الأسرة وقت أطول.

فلما كانت الأسرة هي المصدر الأول للعلاقات العاطفية والاجتماعية الايجابية والسلبية وغير ذلك من عوامل الاتزان النفسي والعاطفي التي تؤثر بدورها في بناء القيم الاجتماعية السليمة لذا: ومن الأمور الواجب تنظيمها أيضاً في الحياة الزوجية :

• السلوك الإيجابي والعمل على إثبات فكرة القدر البيولوجي للنساء، كمصادر للإنسان حيث أن النهوض بهذا المفهوم يجعل المرأة قادرة على التخطيط لحياتها الأسرية ومتحكمة في عدد الأبناء الذين يزيد إنجابهم وتعززت بذلك عملية التواصل والتشاور بين المرأة وزوجها .

• ترتيب الأولاد داخل الأسرة: إذا سلمنا بوجود مساحات مشتركة، في الأدوار بين الزوجين في الأسرة الحديثة، بفضل التحولات المشار إليها مثل رعاية الأبناء والقيام بالأعمال المنزلية وبرمجة أوقات الترفيه، فإنه يمكن القول أن مجالات تدخل المرأة في شؤون المنزل، ما زالت أوسع من مجالات تدخل الرجل فالبيئة الاجتماعية، لم تتخل عن ذلك التنميط التقليدي يجعل الحياة المنزلية والعلاقات بين الجنسين مع ما يعانيه ذلك من ترسيخ ثقافة، تخس من كفاءة المرأة وتمنعها من إثبات ذاتها فعلياً.

الباحثة المغربية فاطمة الرئيسي تقول في هذا المجال:

" إن الحديث عن العائلة، والحياة الجنسية، والحب، هو كلام عن الثقافة، وليست المرأة إلا من رموزها".

كما أن الملاحظات العامة للواقع الاجتماعي في بلادنا، تفيد أن توزع الأدوار بين الزوجين ما زال يقوم إلى حدٍّ كبير على ثنائية الداخل والخارج، فالأنشطة والأعمال مقسمة على أساس جنسي، والمرأة مازالت تتحمل لوحدها الشأن الداخلي في البيت، وإن كانت تعمل وتساهم في الدخل الاقتصادي للأسرة، رغم مشاركة المرأة للرجل في العمل خارج المنزل لم يرافقه اتجاه الرجل نحو مساعدة المرأة في الداخل، وهذا يعود إلى طبيعة الثقافة الاجتماعية السائدة التي لم تترسخ فيها بعد ظاهرة قيام الرجل ببعض الأعمال المنزلية. كما أن الموروث الثقافي الاجتماعي بخصوص مسألة العلاقة، بين الرجل والمرأة ما زال موروثاً ومحكوماً بمنطق المجتمع الذكوري. ويعتبر عالم الاجتماع الفرنسي(دوركهايم) أنه ما زال هذا الموروث يمثل واقعاً اجتماعياً قاهراً للمشرع والجماعات والأفراد ، الذين يرغبون في إحداث تغيرات في هذا المجال فالحتمية الاجتماعية، قد تقف أمام التغير. فالمساهمة المرتفعة التي تبذلها بعض النساء في الشؤون المنزلية، أثرت في مستوى مساهمتها في المجال الاجتماعي وحتى في مستوى أدائها المهني، بالنسبة إلى المرأة العاملة حيث توجد بعض النساء من اضطررن للانقطاع عن العمل أو الدراسة، بفعل الأعباء العائلية وضغوط الزوج. ولا تخفى الإشارة إلى ما تلعبه الفروق الهامة بين الجنسين، في كيفية تكيف كل منهما مع المشكلات والصعوبات والتحديات التي تواجه الحياة المشتركة لهما، فعندما يقابل الرجل صعوبات ومشكلات فإنه يركز كل انتباه على هذا الأمر وينعزل عن الآخرين ليحاول إيجاد حل لهذه المشكلات بينما تصبح عواطف المرأة مشغولة كلياً بهذا الأمر. فالرجل لا يدرك بشكل عام سرعة انقلابه من كونه دافئاً ليصبح

بارداً منعزلاً، ولا يقدر مدى تأثير دخوله إلى كهفه، على الآخرين من حوله. ولكن يريد الرجل حياة هادئة، لا بد له من فهم المرأة بشكل أفضل، لأنه عندما يبدو الرجل وكأنه يتجاهل زوجته، فأنها تفسر هذا تفسيراً شخصياً، إلا أنها عندما تعلم أنه يحاول التكييف مع أمرها. ومن الخصائص المهم عرضها للمرأة هنا أنها لا تخجل من أظهار، أن لديها مشكلة ولا تعاني كثيراً بالظهور بمظهر الخالية من المشكلات ، كما قد يفضل الرجل . فعندما تبدأ المرأة بالحديث عن صعوباتها، فإنها لا تراعي ترتيب هذه الصعوبات حسب أهميتها أو خطورتها ، فإن انزعجت فهي منزعجة من كل شيء وتبدو الأمور الكبيرة والصغيرة ، عندها بنفس الأهمية ومطروحة بنفس الوقت. فهي لا تفكر بمجرد إراحة نفسها من خلال تفرغ ما لديها من عواطف ومشاعر تجاه ما يزعجها ويشغل بالها، ومن خلال شعورها بأن هناك من بفهمها.

ومن الصفات الخاصة بالمرأة، أنها لكي ترتاح فإنها تتحدث عن مشكلات الماضي ومشكلات المستقبل. والمشكلات المحتملة وحتى المشكلات التي لا حلول لها أبداً، ومن الأسباب التي تجعل المرأة تتكلم عن مشاعرها وأفكارها نذكر:

1. لتجميع المعلومات.
2. لتحاول أن تكشف ما تريد أن تقوله في الحقيقة.
3. لتخفف عنها ما تشعر به من انزعاج وألم .
4. لتبني علاقة حميمة من خلال الكلام ومشاركة مشاعرها للآخر.

أمل الرجل فمن الصفات العامة عنده أنه يحاول التركيز على أمر واحد فقط فيكون مما يفقده صبره أن يسمع المرأة تتحدث عن المشكلات بتفصيلات جزئية ودقيقة. كما أنه يجد صعوبة في الاستماع إلى المرأة لأنه يسمعها ولكن هناك تسلسلاً منطقياً لترتيب المشكلات التي تتحدث عنها المرأة أمامه ولكن في واقع الأمر أن المرأة عندما تنزعج أو تتحدث عن مشاكلها، عادة يأخذ طرح الأمور عندها الشمول وتداخل العام والخاص والماضي والحاضر، وهذه هي طبيعة البنية العاطفية التي تتملك كيان المرأة .لذا نجد الرجل بعد أن يستمع لعدد من المشكلات التي تطرحها المرأة، يصاب بالإحباط والتوتر، لأنه يحاول أن يجد علاقة منطقية لهذه المشكلات فلا يجد، ولكن عندما يعرف هذا الرجل أن المرأة تحتاج إلى لمجرد الحديث، عن المشكلات فإنه يبدأ بالارتياح والاسترخاء، فالرجل يسمع التفصيلات الجزئية لتحقيق راحة أكبر لزوجته من أجل الوصول إلى حل جيد، أما المرأة فتحتاج إلى الحديث عن التفصيلات لإخراج ما يقلقها من ذهنها. وكما أشير قبل إلى أن البنية العاطفية لشخصية المرأة، وقدرتها على تقديم الحب أو قبوله من الآخرين، يعكس حالة مشاعرها وموقفها من نفسها، فنجدها عندما تكون في حالة إيجابية من مشاعرها تجاه نفسها وتقبلها لذاتها، فهي

تستطيع عندها تقديم المحبة أو تتلقاها ممن حولها، وعندما تكون في حالة سلبية من نفسها وتضعف ثقتها بذاتها فإنه يكون من الصعب عليها، تقديم المحبة للآخرين أو تقبلها منهم. والإنسان رجلاً كان أم امرأة عندما يكبت مشاعره السلبية، فهناك احتمال كبير أن تكبت معها أيضاً الكثير من المشاعر الإيجابية، وتختفي الحب بين الزوجين. ومنع وقوع هذا الخلاف بين الزوجين، من أهم الأسباب التي تسعى إليها مؤسسة الزواج، ولكن يفضل أن يكون عن طريق كبت المشاعر والأحاسيس، لأنها إن كبتت في وقت ما لا تلبث أن تنفجر فيما بعد.

ومما تجدر الإشارة إليه، أن مسألة تناول الأدوار والوظائف داخل الأسرة، وشكل العلاقات التي تربط الزوجين، ليساهما كقطبين في تحقيق الصحة العاطفية عبر الأسرة. لأن هناك طرق ثالثة مؤثراً وغالب التأثير هو الأبناء لذلك يأتي الحديث عن أهمية مناخ العلاقات بين الآباء وأبنائهم داخل الأسرة.

2 التنشئة الأسرية ومفهوم الأبوة والأمومة

ان الانسجام بين الزوجين يعني الاتفاق على أهداف مشتركة توجه الحياة في الأسرة وتوحد القيم بين الأب والأم ، بما ينعكس على مستقبل أبنائهما ، وأن الاحترام المتبادل بينهما أمام أبنائهماويؤدي إلى تماسك الأسرة وزيادة قوة الانتماء الأسري ، ان مستقبل الأسرة يتوقف على متغيرات عديدة في علاقة الآباء بالأبناء ومناهج تربية الطفل ، وتدريب الأسرة على تعليم الأطفال كيفية اتخاذ القرارات التي تخصهم لتنمية امكانياتهم العاطفية والاجتماعية وبناء جسور الثقة بين الآباء والأبناء بالصدق والأمانة والعمل على تفادي أي صراع ...



لما كانت الأسرة تعد بمثابة الحاضن الوجداني، الذي تتشكل فيه التنشئة التربوية والاجتماعية للأبناء، تتأثر بمناخ العلاقات القائمة، بين أفراد العائلة التي ينتمي إليها الناشئ، كما أن رصد شكل العلاقات السائدة بين الأبناء من الجنسين وآبائهم وأمهاتهم، تمكن من الوقوف عند تطور إيجابي نسبي في تطور العلاقة

بين الآباء والبنين، وفي هذه المرحلة المعاصرة من عمر تطور مجتمعنا، حيث يتم تكريس ثقافة الحوار والتعاون، المعبر عن تراجع في بنية السلطة التقليدية الأبوية الموروثة التي كان ينحصر دور الأبناء في تلقي ما يلقى عليهم من الأوامر والنواحي، فمما سبق نجد أن الليونة التي يبديها الآباء تجاه أبنائهم من الجنسين اليوم، تفسر حدوث حالات من الاستبدال الاجتماعي، حيث يتحول الابن من موقع المسؤول عن اقتصاد الأسرة ، خاصة إذا تعلق الأمر بمؤسسة عائلية نجد الابن فيها يتحمل اليوم المسؤولية الأولى، التي تخلى عنها والده لفائدته. وفي أحيان أخرى قد يتحول الابن إلى موقع آخر مختلف تماماً، كأن يكون في موقع المسؤول عن تنشئة والديهم وتعليمهم مقتضيات السلوك العصري اليوم، ليساندهم في تكيفهم في الحياة الجديدة ومتطلباتها السريعة والعديدة. وهذا نجده غالباً في البيئات الريفية من بلادنا، حيث أن خروج الأبناء إلى المدن لمتابعة تعليمهم، وإيجاد الفرص للعمل يجعلهم ينفتحون على ثقافة معيشية أخرى، مختلفة تماماً عما أنشئوا عليه فيما يخص السلوك الاجتماعي المعقد اليوم. ويكون الهدف الدائم، هو خلق جو من التلاقي والتقارب بين الأبناء المنفتحين على الحياة الحديثة، غير التقليدية وبين أبويهما وأخوتهما، الذين ما برحوا من نفس البيئة. وذلك يخلق جو من التبادل للأفكار والرؤى الجديدة، التي تسهم في خلق التوازن داخل العائلة، وضمان ذلك هو الرابط العاطفي ومستوى نضجه عند كل منهما. وحتى يستطيع الأبناء التكيف مع متطلبات الحياة الحديثة المستقلة، لا بد من أن تراعى مبادئ هامة للتنشئة الأسرية للأبناء من مثل:

1) العمل على تفتيح انتباه الطفل من سنواته الأولى من خلال السعي لتطوير قدراته الذهنية بالمحبة والحوار، والوسائل المتوفرة لصقل هذه القدرات من خلال اللعب، وتنمية المهارات الحسية الحركية.

2) احترام حرية الطفل لسماعه والبعد عن إملاء الآراء دائماً عليه، بل السعي لسماعه ومشاركته في الحديث بالأمور التي تخصه وتخص الأسرة.

3) الثناء على مبادرات الطفل التي يقدمها في الحياة الأسرة، والابتعاد عن السخرية من إنتاجه مهما كان ضئيلاً.

4) احترام أسرار الناشئ من خلال منحه الثقة اللازمة بعدم البوح بهذه الأسرار ومراقبة ما يعيش دون الحشرية والقمع من قبل الأبوين.

5) خلق المجالات الحيوية التي تضمن مواهب الطفل.

6) ضرورة وضوح أسباب الممنوعات على الأبناء والهدف من الامتناع عنها وتوافق الوالدين على ذلك.

7) مساعدة الناشئ على إزالة العوائق، التي تعترض تحقيق الاشباعات الداخلية والخارجية التي تتركه فريسة الشعور بالحرمان العاطفي، في حال كبته

وصده عن تحقيقها وهناك دراسات نفسية كثيرة، تؤكد على أن استخدام الأبوين للأساليب القاسية في تربية أطفالهم، يؤدي إلى مجموعة من الآثار السلبية على الطفل، منها إلغاء رغبات وميول الطفل منذ صغره، مما يولد لديه مشاعر متمردة، تدعوه للخروج عن قواعد السلوك المتعارف عليها كوسيلة للتنفيس أو التخفيف عن الطفل من الضغوط الوالدية أثناء التنشئة، مما ينتج بالتالي عنها ممارسة هذا الطفل السلوك العدواني تجاه الآخرين.

(دراسات كارين هورني وميلاني كلاين) تفسر أن هذه العدوانية ليست إلا ردة فعل على إحباط عاطفي، والإحباطات المتكررة تتجمع وتتلبد، على مستوى السلوك العدواني. (ميلاني كلاين) تأكد في دراستها على الأطفال الذين عانوا قلق الانفصال، بأن العدوانية الموجهة ضد شخص محبوب تزيد من حالة القلق، كما أن شدة القلق تزيد من حدة العدوانية .

مهـــددات الصحـــة العاطفيـــة للأم الولـــود

الولادة عملية طبيعية وليست مرضاً، ولكن المرأة الولود بحاجة إلى الراحة حيث لابد من اقتناعها عن مزاولة النشاطات التي تتطلب جهداً جسدياً حيث مجهود كبير قد يسبب سقوط الرحم، لذلك لابد من إعطاء الوقت الكافي لاتخاذعضلات الرحم مكانها وكذلك الانتظار للبطن أن يشتد، حيث للمرأة الولود حاجتها الجسدية والعاطفية كي تأخذ الطبيعة مجراها السليم وذلك من خلال طمأنة الأم ومساعدتها على الإفصاح عن مشاعرها، وعواطفها حيث إجبار الولود على شيء يؤدي لعلاقة شبيهة مع طفلها الوليد، وبالتالي على صحته الجسدية والعاطفية، إذاً المولود فرد كامل بكل معنى الكلمة يحتاج لعناية جسدية ومبادلة عاطفية، م نحقه على مجتمعه فهم انفعالاته، وفهم حاجاته وحقه في المشاركة في كل ما يدور في المنزل، بأن يراعى له اعتبار من كونه يتلقى كل التأثيرات عبر حواسه الخمسة، قبل أن يستطيع فهم ما يحصل أويقدر على المشاركة وإبداء الرأي فهو مشارك سلبي ولكنه مؤثر .

ان رائحة الأم عامل رئيسي في بداية معرفة الطفل لوالدته وعلى الأم أن تحدث وليدها عن متاعبها أثناء الولادة، وكل المتاعب التي عاشوها لأنه شيء يعادل مداعبة صوت الأم لطفلها بعد المصاعب، صوت الأم بكلمة موجزة أفضل دواء ودائماً التشجيع الآن أنت أقوى، أن تكبرت كل شيء يسير على مايرام ...

ان جهلا لو الدين بالحاجة إلى استشارة نفسية للوليد عندما يزداد اضطراب نومه، و اكله وخروجه مرد ذلك يعود للخوف من الاعتراف بالمشكلة النفسية، ففي حال اضطراب الطبع عند الطفل ينتصب غالباً الوالد ان بوجهه ويحتر ان بأمره، من خلال الخبرة العيادية يمكن القول هنا أن الكثير من الأهل يأتون إلى العيادة النفسية مستعجلون ويريدون نتيجة سريعة في أقل عدد ممكن من الجلسات، وغالباً مايقطعان العلاج عندما تخف حدة اضطرابات طفلهما، أوعندما

يحكمان بأن سلوكه أقل اخزاء لهما وأقل اقلاقاً، فقد يؤدي شفاء المراهق إلى تردي علاقته بوالديه، إذا هما يرغبان في خروجه من مأزقه، فهما يجهلان بأن مرحلة العلاج تؤدي حتماً إلى نضوج الشخص اعتماده على ذاته .. ومن هنا تأتي مفاجأة الوالدين الكبيرة، إذ هما يبقيان على علاقتهما القديمة، ويكتشف ان ولادة شكل آخر من المصاعب مع الولد، وهنا يلتقيان باللوم على النفساني، وعلى المبادرة السيئة فيقرار العلاج، فلا يمكن التدريب على وظيفة لا تملك قاعدة عضوية مؤهلة أول متملك سابقا أو تلاقي لسبب ما ممانعة واعية أوغير واعية من طرف الفرد .

الممانعة بمختلف أشكالها تؤدي إلى فشل التدريب، حضور الوالدين مع الطفل الصغير يساهم في توثيق العلاقة بين الطفل والمدرب، سيادة جوالثقة والعلاقات الودية .

6- نقاط أساس حول مشاكل الأسرة الحديثة

ماهو معروف أنالدور الأساسي للأسرة، هوتنظيم العلاقات فيما بين العناصر المكونة لها، وبينها وبين البيئة الاجتماعية من جهة ثانية، علاقات الأسرة النواتية ،محكومة بقوانين الاستقلالية في مجالات الحياة اليومية ،أما علاقات الاسرة الواسعة، فهي محكومة بقوانين التبعية للعائلة الأصل ونظامها الاجتماعي المكرس ..

ما يميز مشاكل الأسرة الحديثة، بصورة بارزة هو : الصراع المحتدم، بين توجهات الأبناء والآباء، إلى الوصول إلى حائط نفسي مسدود بين الشباب، وأسرهم، حيث أن ناموس الالتزام العائلي تفكك في الحياةا لعصرية اليوم نظرا ًلعدة أمور، أهمها تغير ايقاع الحياة المعاصرة، من حيث الاكتفاء الذاتي على نفسها في تمويل احتياجاتها، الى ضرورة الاحتكاك بالآخرين خارج الحياة الأسرية، وايجاد قواسم مشتركة جديدة، ضرورة السعي للآخر للتأقلم معه، والتنسيق بعيش الأمور المشتركة معه، هوصلب عملية التكيف اليوم اكثر من أي وقت مضى، حيث ان التجار بالمديدة عبر السنيين الطويلة الماضية، اثبتت ان حالة الانغلاق على الذات والاسرة الضيقة، تضعف الشخص وتجعله ناقص الخبرة والتأقلم، مع المعطيات والظروف المستجدة، في عمرالمراهقة عادة ما يبرز التحدي للتغيير، والانعتاق عن اطار الشكل الحياتي المألوف، حيث ان الدافعية للتغيير تزيدها حماسة الشباب وعنفوانهم، واوضح ما يتجلى هذا الحماس هو في مواجهة المقربين وافكارهم، ان تولدت قناعة انهم يشكلون عقبة في وجه رغبات الشباب الجامحة الى عيش المختلف، بما يزيد لهم الاستمتاع وتحقيق الذات، ومانجده أنه عندما يحاول الشباب مواجهة اسرهم ويحبطون، يكون نتيجة ذلك توليد سلوكيات عنف، واحتجاجات قد تصل إلى الانحراف، من حيث أن التغيرات الجسدية المراهقين، ترافقه افورات انفعالية لها مفاعيلها، عبر اثبات الأنوثة والذكورة، ذات الملامح السطحية في أحيان كثيرة .

فالمراهق هنا، يجد نفسه فيصراع طبقي، يتحالف فيه مع العناصر البشرية المستضعفة من النساء، والعمل الذين هم مغبونين في نيل حقوقهم، من خلال اخضاعهم للقمع والاستغلال والقهر، مما يجعله يجد نفسه، فيأتون صراع ثقافي وحضاري، يأخذ فيه طرف الثقافة الأخرى، والحضارة الأخرى المناقضة لثقافة أسرته ولحضارة مجتمعه، فيظل سيطرة ثقافة العولمة، الغالبة لقيم وتكنولوجيا ..

المراهق نفسهيزج في قفزة نوعية، في علاقته بجسده، من خلال تبدل معالم الطول والوزن، وعلى الغدد والهرمونات مما يتسبب في منحه طاقة هائلة، في مواجهة توقف عمل هذا التغيرالارادي، الحاصل لديه من حيث فرض سلطة الآخرعليه ..

وما يجدر الاشارة إليه هنا، أن المراهقة ليست فقط، تغيرات على مستوى الجسد والنفس ،بل التغير الحاصل على مستوى التفتح الذهني، وتطور القدرات الذهنية، هو أمر هام ونجده مغفل في كتابات التربويين، والنفسانيين حيث يتم التركيز عادة على التغيرات الانفعالية ..

حيث ان كان لنا ان نؤثر في سلوك المراهق، ينبغي ايجاد طريقة اقناع عقلاني، توازي ذكاء المراهق الوقاد، التي تعطيه الغرور من كونه يمتلك نقاط كسب كبيرة، على أهله وغير أهله من الكبار، الذين هم في دائرة محيطه الاجتماعي، من مدرسين وسواهم ..

– فإن كان الأب صاحب السلطة الفاعلة الحامية، بحيث تكون هذه السلطة هي المرجعية،والبوصلة للسلوك للأبناء ولكنها غيرت سلطية أوعنفية ..

– لابد للأم من ان تكون، صاحبة العاطفة المنعشة المحفزة، والابتعاد عن التعلق العاطفي، المخدرلقدرات الشباب، لتكون عاطفة الأم، وحنانها بمثابة غذاء ملهم للأبناء، على تخطي الصعوبات الاجتماعية، لتكون الأسرة صمام أمان،لامتصاص احباط الواقع اليومي، ونقمته على المجتمع كسلوك انحرافي،

فعملية الوقاية من السلوك المنحرف في الأسرة، يعتمد على أهداف ووسائل تربوية ،متوافقة مع قانون المجتمع، ويشرف عليها أب وأم، يحمل كلاهما صورة نموذجية، ايجابية سليمة ويقبل الأبناء قيم الأسرة، بعد فهمها والتكيف معها ..

العامل الحاسم في التربية الحديثة :

يتمثل بما يلي :

- احساس الأبناء بمدى وعمق اقتناع الأهل، فكراً وسلوكاً بالقيم والمبادئ، التي ينادون بها مما يجعلهم قدوة حسنة، فعلاً فينظر ابنائهم، لما له الأثرالاهم الذي يسهم في حصول التمثل والتماهي .
- اقتناع الأبناء بصحة، وصوابية هذه المبادئ يعيق هذا التمثل القيمي،

- كما ان عدم قدرة الأهل على الحوار والنقاش، مع الأبناء يتسبب بشرخ كبير، حيث بات مطلب الشباب الجاد من أسرهم،التحول إلى الأسرة التي تعطي الشروح، والترغيبات بدلاً من الأسرة المتسلطة المرهبة، التي تكتفي بالتعليمات .

وهذاالأمرمما لا شك فيه كان نتيجة الثورة الهائلة، في تكنولوجيا الاتصالات، والانفتاح المعرفي للشباب على حقوقهم ومقارنة واقعهم بواقع الشباب في العالم المتقدم، هذا ما أدى لخلق مناخ من العزلة، بين الشباب وأسرهم، لايلبث أن يؤدي إلى أنواع كثيرة من الضغوط، والانهيارات النفسية المختلفة، كون المراهق يمضي فترة طويلة، مع الآلة على حساب التعايش الاجتماعي، مع المحيطين به . مما دفع به لعدم الاستقرار، وفرز ذلك لديه صعوبات في عدم التكيف، مع الزمان والمكان والتبادلات، ماجعل صفات مراهق اليوم تتميز بالسمات النفسية المختلفة عن زمن سابق، وأهمه اجرأته في نسف شعور الظلم الذي قد يدخله في مناخ البارانويا، في الشكل أو في الجوهر .. ويصنف أهلها عدائه الأساسيين والثابتين، فهو يحولهم إلى كبش محرقة، يسقط عليهم كل مظالمه، فهو يهاجم دائماً، وقد يصله جومه عليهم إلى حد الأذية، والتنكيل والتجريح، وأحياناً حد الأذية طمعاً بهم مادياً ومعنوياً، وهذه السمة بلا شك هي سمة نفسية غير سوية، تظهر لدى المراهق، تماديات عدوانية سمتها التعويض، عن خيال جامح لم يستطع الوصول إليه، والتماهي مع الصورالتي تعرضها له، وسائل الاتصال الحديثة، فيتمادى بذلك في أذية الآخرين، وأذية نفسه بالأصل، ونجد مظاهر لسلوك سادي، وفاشي بحجج مختلفة مادية ومعنوية، وماهو خطير استقطاب بعض القوى السياسية، للعناصر الشابة من المراهقين، ليكونوا وقود ألتنفيذ أهدافها، ما يلاحظ أيضاً على المراهقين، استعمالهم لغة التبادل غير اللغوي، ويركزون على ابراز تواصل عبر لغة الجسد، من حيث هدمه اعطاء الجسد قيمة وبعد رمزين، فلا بد من الاشارة، إلى أن الغلاف الجسد الذي يلف الجسم المادي للمراهق يخضع لتغيرات كبيرة وهي بحد ذاتها تشكل عبئاً على المراهق، لذلك إن العديد من المراهقين يعمدون إلى وضع رموز جسدية مختلفة على الجسد، يعتمدها كوسائل تمرد هامة للأسرة وللمجتمع عامة ..

فجسد المراهق يحمل المزيد من الانفعالات والمشاعر، ولاسيما ان كان يحمل حبوب شباب، أو مليء بالشعر، فهو يحاول أن يغضبه خجلاً منه، أو أن يستعرضه تحريضاً على الغواية والمتعة ..

ما يميز اهتمامات المراهقين، انجذابهم لثقافة الراب / Rap / التي هي في الأصل موسيقي بوتيرة جادة وعنيفة ومتقطعة تستند إلى كلما تمت قطعة يترافق معها بشكل يضر بالحس والأذن ويشير الكيان ويبنى مناخاً من الغوص والضوضاء العنيفة وكأن هذه الموسيقا جلسة تفريغية يخلعلها القلب و الوجدان ..

وهذه الثقافة / الراب/ كادت أن تصبح شكلاً للوجود / LOOKونمطاً في

اللغة، وموقفاً في التبادلات الاجتماعية، بين الشباب، تظهر لاسيما في المدرسة للمرحلة المتوسطة والثانوية، أو في النوادي من خلال حلقات السمر تجمعهم ..

ثقافة الراب هذه، التي نشأت لتحقيق سيادة المناورة، بثقافة الأثنيات السوداء، المستضعفة والمجتمعات الغربية، التي باتت تضر بجذورها في الموقف من الأفارقة العبيد، الذين ثاروا بشكل ما بواسطة حركة عنيفة مع الذات، وعلى الصعيد الوجودي، ووفق موضة التبادلات اللفظية، حيث يحاول ونبذل كتقديم تماهياً بين المعتدي بالمعتديعليه، كنقض أو كنظرية للتماهي جديدة من قبل المعتديعليه، أو كنقص لنظرية التماهي بالمعتدي من قبل المعتدى عليه، ولما كانت المجتمعات الأوربية تعاني من هذه الظاهرة أيضاً،فكيف هو حال بلداننا، تلك المجتمعات المتحضرة،التي بصيغتها الراهنة لم تعد تلبي طموحات أبنائها، ولم تبقى مرجعيات هامة لهم ،وهذا الحال يكاد يكون عاماً، وشاملاً فيحصر العولمة ..

ولم يقتصر الحال على الموسيقا، بل تعداها لحال لصناعة أزياء تتوافق مع مناخ هذه الثقافة الجديد،كالثياب الفضفاضة الواسعة ونشأت مؤسسات للأزياء تختص بذلك، وانتشار قبعات على طريقة التراب يضعها المراهق ونليل – نهار . لقد حول الكثيرون من التجارالثياب والموسيقى، وكلما هو مستهلك للشباب مصدراً للكسب، وتحصيلا لنزوات، نظراً لغزارة الاستهلاك والانتشار .. والمراهق ونفي عالمنا العربي، لم يكن بعيداً عن هذه التأثيرات، ولاسيما من كان له مفرصفيالسفرإلىأوروباوأمريكا ..

7- الفتـــور العاطفــــــي سمـــــة الـــزواج العصـــــري ؟

- المقصود من الفتورالعاطفي
- مظاهرالفتورالعاطفي
- الاسباب وراء هذه الظاهرة
- الرؤية النفسية التحليلية
- التوازن بين حاجات الذات النفسية وبين حاجات الآخر
- الزواجكعقدأمكرباطمقدس

مقدمة وتمهيد :

- الملفت للجميع ان العصرالحديث يتسم بتراخي القيم التي كانت قائمة في عصور سابقة ،من حيث بتنا نجد تضاءل في الالتزام العائلي وتفكك لمؤسسة الزواج، إذا ما قارنا ذلك بما كان يعاش في الماضي الذي ليس ببعيد بما يخص حياة الأسرة بحكم الدين والحفاظ على التقاليد في مجتمعنا الشرقي، وهذا عائد لأسباب عديدة سوف نأتي على ذكرها في متن الدراسة لفهم هذه الظاهرة والوقوف عند أبعادها المؤثرة بالضرورة ..

- الزواج هو مؤسسة تدخل في بنية المجتمعات منذ أن تكون تعبر التاريخ حتى قبل ظهور الديانات السماوية، حيث كانت الغاية من الزواج منذ ان عرف شكل الزواج للبشرية هو تنظيم العلاقات الجنسية وضبطها وتحييد الجنس في الخفاء حتى تنفي العلاقات الاجتماعية وتجعلها خالية من كل أثر للجنس وهي دائماً باسم الدين .

المقصود بالفتور العاطفي :

- يقصد بذلك انطفاء العلاقة العاطفية – الجنسية بين الزوجين بالتدريج أو خفوتها إلى درجة أولوية حاجات كل واحد منهما مما يهدد الرباط الزوجي، ويجعله يستنزف على الصعيد العاطفي، وكذلك على مستوى الاندفاع في العمل على تحقيق الأهداف المشتركة التي رسمت من قبلهما في فترة سابقة، هذا الاستنزاف إذا استمر لفترة طويلة يزيد التباين في الاهتمامات ويغدو الرباط الذي يلف الزوجين واهياً ضعيفاً رغم احتفاظ هذا الرابط بشرعيته القانونية، واحتفاظه بمظاهره الاجتماعية، تغدو العلاقة الزوجية معه متماسكة ظاهرياً على حين فعلياً يصبح الرباط العاطفي الجنسي عند كل من الزوجين أو أحدهما غير متماسك، إذ أحدهما يدير ظهره لهذا الرباط، ويجد جواباً لحاجاته خارج هذاالرابط ..

مظاهر الفتور العاطفي :

- القصورفي توفيرأحد الشريكين للآخر حاجاته العاطفية
- العجز في الذي يصيب الحياة اليومية من حيث المرونة والمشاركة في الرأي.
- وجود النزعة الفردية الأنانية التي تؤدي إلى حالات من الصدام عند الشريكين معاً مما يؤدي إلى المشاحنات المستمرة، وبالتالي إلى الانزعاج الدائم مما يتسبب بعيش الاحباط الذي بدور يتطور الى اكتئاب مما يجعل كل االزوجين
- فاقدين الثقة باستمرار الحياة الزوجية في ظل هكذا أحاسيس باردة ..

عدم المقدرة على المشاركة وعلى تبادل الادوار بين الزوجين في الأسرة الامر الذي له عميق الاهمية في استمرار الحياة الزوجية ..

الأسباب وراء هذه الظاهرة

- إذا أردنا تحليل الأسباب أو العوامل وراء هذا الحال التي تؤول إليه هذه العلاقة نجد أن :
- من المعروف والثابت أن الزواج يقوم على مقومات أساسية تؤمن الاستقرار و الحياة الكريمة عبر تحقيق الذات الناشئ عن تحقق لحاجات النفسية برضى وبذلك في حالت عثر هذا التوافق في كون بذلك وضع متصدع في الحياة الزوجية، وهنا دعونا نستعرض الاسباب المعيقة للتوافق الزواجي المثبتة في دراسات عديدة على عينات مختلفة في مجتمعات عدة نذكر من هذه الاسباب :
- هناك اسباب خارجة عن ارادة الشريكين من مثل

- الاسباب القاهرة التي تتعرض لها الأسرة مثل :
- الأمراض المزمنة أو الحوادث المفاجئة وأحياناً الحروب التي تتعرض لها البلاد وتكون وراء حالات كثيرة من الفتور العاطفي وتصدع العلاقات الزوجية .
- الأسباب الاقتصادية لاتفي باحتياجات الأسرة يؤدي ذلك على عد متوفر احتياجات تأسيس الأسرة الاقتصادية لاتفي باحتياجات الاسرة يؤدي ذلك إلى عد متوفر احتياجات تأسيس الأسرة فيغدو ذهن كلا الزوجين مشلولاً عاجزاً، وبالتالي طاقة الحب لديه ضعيفة تهدر طاقاتهما في البحث عن أسباب الدخل المضمون ويسرق منهما التفكير اللحظي بالحياة العاطفية، والعمل على تشجيع كل منهما للآخر، وقد تكون للظروف الاقتصادية الجيدة، أو مايسمى بالبحبوحة المادية حيث يقتضي ذلك في أحيان كثيرة أن يندفع أحد الزوجين إلى البحث عن اشباع رغباته وملذاته أحياناً بمفرده، وادارة الظهر للالتزام الأسري .
- عدم التكافؤ في السن :
- اذ أن دوان العلاقة الزوجية لابد من وجود حالة من التوازن العمر يبين الزوجين حتى يكبران معاً، وإلاتكون هناك حالة من التفاوت في الحاجات والطموحات لديهما تؤخر نجاح هذه العلاقة وبالتالي قد تسرع في فشلهما، فأحد الزوجين المتقدم في السن يكون غير حاضر عاطفياً وذهنياً أوحتى صحياً للتفاعل مع الزوج الآخر وحتى مع أبنائه ..
- سوء التوافق التعليمي :
- لاشك ان التوافق التعليمي يحدد نوع الاهتمامات والعلاقات الاجتماعية في حياة الشريكين، وعدم التكافؤ التعليمي يزيد التناقضات وقد يؤدي لأحد الزوجين عيش مشاعر غبن وقهر، مما يؤدي لحصول البعد والجفاء العاطفي .
- عدم التكافؤ النفسي بين الشريكين :
- التكافؤ النفسي يخفف من حدة التباينات الأخرى، حيث أن التوافق النفسي يتمثل في نمو الذات لدى كل منهما والارادة للحياة المتماثلة لدى الشريكين حجم الحرية والاستقلالية، ويبتعدان عن الشعور بالتملك أحدهما للآخر، أوتحويل أحد الشريكين إلى موقع تابع لشريكه ذاته وارادته، وأخيراً لايخفى ما يصيب الرباط الزوجي من فترات من الجمود والنمطية، ولاسيما في ظلال ظروف الراهنة في الحياة المعاصرة التي نعيشها اليوم ..وهذا يحتاج من كل االزوجين العمل على اعادة التوازن القائم بينهما في حسمنا التكامل والتباين في ذات الوقت، فالركون والسلبية محفوفان بالخطر لاستمرارية الرباط الزوجي والألق العاطفي الذي يجمعهما .
- النظرية الاقتصادية التحليلية –النفسية في توظيف الطاقة توضح كيفية انطفاء الرباط الزوجي في حالة التصدع الخفي :
- وذلك عبر أمور ثلاث :

- البنية النفسية ومكوناتها الثلاثة "الهو والأنا والأنا الأعلى " لكل االشريكين ومدى توافق هذه المكونات عندهما .
- النظرية الاقتصادية المتمثلة بنزوتي الحياة أو الموت (الجنسوالعدوان) حيث أن نزوة الحياة هي مصدر لكل طاقات الحب والعاطفة والتواصل الفعال البناء ..
- أما نزوة الموت (العدوان) فهي مصدر لكل اشكال الصراع والعنف والانفصال والتدمير وصولاًإلى الموت .
- النظرية الدينامية التي ترصد بين أركان الجهاز النفسي منجهة والتفاعل مع العالم المحيط منجهة أخرى ومختلف آليات الدفاع النفسي ضد القلق الداخلي ،أوالخطر الخارجي، وهنا أود أن أقف أكثر عند النظرية الاقتصادية التي ترى أن كلا منطاقتي الحب (الحياة، الجنس 9 و(الموت، العنف) قابلتان للتوظيف في مختلف الموضوعات الخارجية، فطاقة الحب توظف في كل العلاقات العاطفية، كما يمكن أن توظف لأهداف حياتية سامية ذات طابع انجازي كما توظف في كل العلاقات العاطفية، كما يمكن أن توظف لأهداف حياتية سامية ذات طابع انجازي كما توظف في المبادئ والعقائد والانتماء على شكل عطاء وتضحية
- ..كما أن طاقة الحب توظف على مستوى الذات الشخصية على شكل حب وتقدير ورعاية ،ولكن يخشى من هذا التوظيف الذاتي أن يقع الشخص بالنرجسية (المحبة المفرطة لذاته والافتتان بها) والترفع بها عن الآخرين كما أن الحال نفسه بالنسبة لطاقة العدوان، فيمكن أيضاً أن توظف في مختلف الموضوعات الخارجية متخذة ألوان مختلفة من أشكال الصراع والعنف المنصب على الآخر لحد إلغائه والقضاء عليه، كما أن العدوان قد ينصب أيضاً على الذات فينزل الضرر بهما بمظاهر مختلفة كتحقير الذات وتبخيسها وتفشيلها وتأثيمها وعقابها وصولاً إلى فنائها من خلال الانتحار، وبذلك نجد أن توظف الطاقة اللبيدية غير ثابت، وهذا التوظيف متفاوت عند الناس بين زيادة أو نقصان فقد نجد طاقة الحب عند شخص موظفة بشكل كبير نحو شخص آخر في علاقة حب جامحة تبعده عن التوظيف في مجالات أخرى، وموضوعات انسانية أخرى كما أن طاقة الحب الجامحة هذه نحو الآخر قد تكون على حساب التوظيف للحب تجاه الذات كما هو حال العاشقين حيث إن العاشق لا يرى قيمة لذاته خارجاً عن موضوع حبه أو علاقته بمحبوبه، ونجد إن غاية ما يريده هو الارتباط بهذا الحبيب، وفي مثل هذه الأحوال تحصل الهوة فيا لتوازن بين الذات والآخر وبين الآخر والاهتمامات الحياتية الأخرى ..
- لذا لابد من الاشارة إلى أن علاقة عشق بهذا المستوى هي علاقة مأزمية لامخرج لها بسبب من انعدام التوازن في التوظيف الصحيح، والضروري لطاقة الحب المولدة للحياة وفي مرات كثيرة نجد نتيجة للخلل المفرط في توظيف طاقة الحب عند العاشقين إن هذه الطاقة قد تستنزف هؤلاء الأشخاص، وفي

- أحيان أخرى نجد هذه الطاقة للحب تتقلب إلى علاقة مضادة نصراع التفاعل، ويصبح مطالباً في وضع حد للاستهلاك والهدر لذاته، ولذاته و بذلك تنطفئ هذه العلاقة ويحلم حلها البرود والتباعد أويحدث توظيف عدواني يظل في أحياناً كثيرة مكبوتاً غير ظاهر، إلاّ على شكل توتر واستفزاز، وقد تصيب هذه المظاهر كلا الطرفين المحبين أو أحدهما حسب سوء التوظيف اللبيدي الذي يحصل من قبل كل طرف، والأخطر من كل ذلك التأثير على انتمائه للأسرة، لأن هذا الأمر له أثره السيء المعوق للصحة النفسية عند الأبناء، حيث إن تهدد العلاقة التي تحكم الطفل بوالديه يجعله لايثق بأي بديل لهذين الأبوين، فقد يقع ضحية للابتزاز من قبل بدائل الأبوين من خلال الرشاوى التي يقدمها الأبوين لهؤلاء البدائل فينشئ في علاقته مع أشخاص غرباء في لغته وتكوينه النفسي والثقافي والمستوى الذهني والمعرفي الذي ألفه، وهنا تحل الويلات لدى الأبوين من خلال التبرم والشكوى الدائمين والاتهامات المتبادلة بالتقصير كل منهما للآخر ..

- وهذا الوضع يصل للأطفال رغم أنه في مرات كثيرة يكون غير صريح، لكن الأطفال مما لا شك فيه يلتقطون بحساسية مرهفة واقعا لصراع والعدوانية المعاشة في دواخل والديهم رغم ما يبدي انه من تظاهر بالود أحياناً، هذه الحالة تتراكم عند الطفل لتخلق حالة من الضيق والقلق المؤديين للإحباط، وقلة الدافعية للعمل والدراسة يكون نتيجتها، ولكن خطورة الأمر تبرز في دوام العيش بهذه الحالة حيث تتولد الانطوائية عند الأطفال وفقدان الرغبة في أي أمر، وكذلك تدين حيويتها العامة إلى وضع من اجترار الهموم الذاتية، هذه الحالة التي لامخرج لها غنوصلت إلى هذا الحد من الشدة، وقد تعاش حالة أخرى في الأسرة نتيجة هذا الإنطفاء العاطفي بين الزوجين بأن يدخل الزوجين في معركة سحب كل منهما الأولاد إلى جانبه، فيصبح كل طرف يضطهد وينبذ الطفل الحليف لواحد من الأبوين وغير حليف للآخر، في تحول الأبناء هنا إلى مجرد أدوات للعلاقة المشحونة بين أبويهما، بدلاً من حصولهم على حقهم المشروع في الاعتراف والتقديروالمحبة و الرعاية والمرجعية من كل الوالدين، كان تقوم علاقة تملكية لأحد الأبوين لأحد أبنائه أو بعضهم، فتحصل علاقة اندماجية غير ناضجة بينه وبينهم مثل هؤلاء الأطفال أداة لتلبية حاجة أحد الأبوين العاطفية الذي يوظفها عاطفياً كبديل عن علاقة بشريكه مما يجعله مثل هؤلاء الأطفال غارقين في علاقة عاطفية سلبية وغير مستقلين بذواتهم بلا تكالين ومنسحبين ومتجنبين لكل تفاعل في الحياة مع أقرانهم، ومع المحيط الاجتماعي ومن الممكن أن تنشئ حالة أخرى عند الأبناء للأبوين الذين يعيشان فتور وتباعد عاطفي حيث يشب مثل هؤلاء الأبناء على فراغ عاطفي في أسرتهم ويصبح عنده من تيجة هذا الفراغ العاطفي الي نشأوعليه، مما يعيق تكيفهم الاجتماعي وبالتأكيد توازنهم النفسي، وتفسير ذلك أن الطفل لا

يمكن أن يعيش بلا حب وانتماء فحين يفقدهم في أسرته يكون سعيه حثيثاً ليملئ هذا الفراغ العاطفي ببدائل تعويضية أبعد ما تكون عن الصحة النفسية .

الزواج كعقد أوكرابط مقدس

- الزواج بكل أعراف المجتمعات هو تاريخياً مؤسسة تدخل في بنية هذه المجتمعات، وهذا متعارف عليه اجتماعياً حتى قبل الديانات السماوية، حيث أن الانسان البدائي وجد نفسه أمام ثلاث معضلات يجب حلها حتى يتمكن من تأسيس مجتمع متماسك، هذه الرابطة الاجتماعية التي تمكن أفراد المجتمع من العيش والتعايش بسلام، ومن هنا يبرز دخول الدين كعنصر أساسي ليؤدي مهماته عبر التحريم انطلاق ُان موقع الأب الرمزي كمحور أساسي لتنظيم العلاقات الأخوية، من هذا المنطلق نرى معظم الشعوب تبني قوانينها وشرعيتها على أساس النظام البطريركي، الذي لايزال في بلادنا العربية حتى عصرنا الحاضر يتحكم بعلاقتنا، رغم تراجعه قليلاً بفعل الحداثة التي انفتحت عليها ابواب التغيير الاجتماعي عند شعوب سبقتنا ولن نستطيع ان نحجب النظر عنها كون مسيرة الشعوب متشابهة ولو انحرفت مساراتها ..

- المحورالرئيس في العلاقة الزوجية هو تنظيم الجنس والنزوات الجنسية كي لا تسود الفوضى في المجتمع، ويكون لذلك مفاعيل خطيرة على اقتصاد العائلة ومركزيتها الاجتماعية، وكذلك حتى لاتتحول المتعة الجنسية غلى طاقة عنف حين تتحول الى فوضى في افراغ مضمونها، لذلك لابد من محرم يضع حد لذلك وهذا المحرم أساس تحريم الاموال اخوات .

- فالإنجاب هو الهدف الأساس من العلاقة الزوجية بعد تنظيم الجنس، الانجاب الذي تعيشه المرأة ويقره الرجل، ويتحكم به اسم الأب من خلال تكوين العائلة، ولذلك صيانة الانجاب من دخوله في فوضى الجنس لا يكون الاّ عبر عيش الجنس بشكل شرعي عبر مؤسسة الزواج،

- وبذلك يغدو الزواج ليس فقط يقتصر على كونه عقداً بالحلال الجنسي بين طرفين بل يحمل في طياته عقداً مع المجتمع كطرف ثالث يلزم المتزوج بالتقيد بكلال محدد قد قسم الجنس إلى حصص تدخل في اطار الملكية الخاصة، ولايحق لأي فرد مهما بلغت سلطته أن يستبيح تجاوزه وإلاّ دخل في خانة الزنى.

- من هنا يبدو ان وظيفة الزواج منذ البداية تكون في تنظيم العلاقات الجنسية وضبطها وتحييد الجنس في الخفاء حتى تتقي العلاقات الاجتماعية، وتجعلها خالية من كل أثر للجنس وهي دائماً باسم الدين، ومن هنا يكون عقد الزواج له صفة مزدوجة من كونه عقد بين طرفين يشرع العلاقة الجنسية من ناحية وعقد مع المجتمع يتعهد

من خلاله بالتقيد بقوانين هو شرائعه من ناحية ثانية، ولكن يبقى السؤال هل يمكن ان يعاش الجنس في هذه المؤسسة من دون محبة ولهفة، وهنا الحديث عن مقومات الزواج التي يجب التأكيد عليها في تهيئة الناشئة للزواج .

- حيث الجنس هو حب واستمتاع وامتداد عائلي ..فإذا كانت بداية الزواج حب وشبك الطرفين في عقدالتزام، ولكن ما مدى استمرارية وهج هذا الحب وما دواعي خفوته؟.
- التجار بالزوجية تبين ان الحب يتراجع في اي علاقة زوجية مع الزمن، ولكن ان يخفت شيء وان ينهار رابط الزواج أمر آخر ..
- ولتعميق فهمنا عند واعي الفتور العاطفي؟ لابد من الاهتمام بدراسة الجنس والنظرة له والحاجة له عند كلا الجنسين :

الجنس عند الرجل :وفق اًلنظرية فرويد في التحليل النفسي يشير إلى أن الرجل متعدد النساء تبعاً لنزواته، والقمع لهذه الرغبات يؤدي به إلى العصاب من خلال الكبت وعدم القدرة على التسامي، فيضطر حينها إلى اقامة علاقات جنسية جانبية سرا ًتلبي له رغباته هذه وتعزز نرجسيته، مما يؤدي به إلى احلال التوازن في استمرارية العلاقة الزوجية، من حيث عيش له واماته المحرم عيشها مع زوجته مما تشكل الخيانة الزوجية مرتكز لاستمراريتها، من حيث حب الرجل لزوجته يستمر من خلال قداسة هذه العلاقة، ولكن بالمقابل كلما كبر، كلما أفرغ من الرغبة الجنسية فيحصل عنده فرز أو تصل بين الحب والتقديس لزوجته عندما تكون أم لأولاده، فنجد الرجال يبتعدون عن تدنيس هذه العلاقة القدسية، ويذهبون بنزواتهم لتحقيقه واما تمعينة خارج مؤسسة الزواج، وهنا المشكلة حين تدرك الزوجة هذا مما يجعلها فيصراع ما بين الالتزام بالزواج وانتظار الزوج حتى يفرغ من هواماته امر تصعد الخلاف وتستد لأنوثتها المتجاهلة من قبله وهنا قد يحصل الطلاق وتفكك مؤسسة الزواج، ما نجده في مجتمعاتنا غالباً ما تركنا لزوجة لتحكم الزوج بالقرار من كون الكثير من النساءلاحول لهم من حيث تبعيتهن الاقتصادية للزوج، وضف على ذلك تعلق الزوجة بأبنائها من هذا الزوج، مما يرغمها على التخلي عن رغباتها الجنسية والاكتفاء بدور الأمومة وهذا يشكل سبب رئيس لفتور العلاقة الزوجية .. وتبرز هنا مشكلة نفسية مقابلة عند الزوج، وفقاً لتحليل فرويد من كون الزوج يبقى يفتش عن امه عبر زوجته من حيث أنه لم يتمكن من تبديد عقدته الأوديبية، فهو بدلاً من أن يطوي الحداد على أمه إذا به يفتش في زوجته بديلاً عنها، عندئذ تحتل الزوجة مكانة مضاعفة من موقعها الرمز كأم للزوج وموقعها الواقعي كأم لأبناء الزوج، مما يجعله يحيطها

بكل العناية والمحبة والكرم والتقدير حتى التقديس، ولكن مع شطب للرغبة الجنسية تجاهها، من حيث ان مفاعيل عقدة الخصاء التي تحرم الام من ان تلعب دورها وتتكفل بالعجز الجنسي تجاهها وفقدان الرغبة التي يستعيدها في امرأة غيرها لا تمت بأي صلة للأمومة ..

- يضاف لذلك عامل الروتين مع مرور ، الذي يشكل مقبرة للرغبة الجنسية ، إذ يفقد الرجل دافع الشهوة مما يحول العلاقات الجنسية إلى واجب زوجي ، يتوجب عليه اتمامه كي يحتفظ باستمرارية الزواج ، وهذا الأمر عائد إلى غياب الهوام ، لأن الرغبة ترفض أن يتحكم بها الواجب ، لذا نراه يستعين بفضائيات البورنو كي يوقظ الهوامات النائمة ، ولكن يبدو أن تأثيرها محدود ، لأن موضوع الهوام هو امرأة أخرى غي الزوجة ، أو أنه يلجأ إلى المنشطات الحديثة "فياغرا" لكي يفتعل انتصاباً مصطنعاً يشكل له وقاية من تداعيات كسوف رجولته. وإذا ما حصل أن تعرف على امرأة أخرى ، وأعادت إليه صورته الفحولية ، فعندئذ تقع الكارثة لأنه وجد في هذه المرأة الجديدة مالم يجده في زوجته ، وهذا مما يؤدي حتماً إلى الطلاق ، لأنه في نظر الزوج زوجته لم تعد موضوع رغبته ، ولا تثير شهوته ، أما بالنسبة إلى المرأة الثانية فهي موضوع الرغبة ، وتنتظر بفارغ الصبر لقاءها به حتى تشبع شهوتها ، وشهوة المرأة تجاه الرجل أكثر فاعلية من الفياغرا ، لأنها تثير في مخيلته الهوامات النائمة في الروتين الزوجي ..

- وبالعودة إلى التساؤل حول عقد الزواج المؤسساتي نجد أن الحداثة قد أثرت سلباً على تفكيك النظرة الى هذا الرابط بعد ان كان يستمد قداسته من خلال عناصر عدة :

- الزواج كعقد ديني ، يشكل ضمانة الهية لاستمراره وحتى لو كان زواج مدني ، فالسلطة المدنية تضمنه بقوانينها كما لو كان ملكية خاصة لا يمكن اغتصابها ..

- الزواج كعقد اجتماعي : على اعتبار ان الأسرة أول نواة اجتماعية بالمعنى المؤسسي ، من حيث ان اسم الأب الذي هو زوج هو ما سيبقى ويحفظ في سجلات النفوس ، واسم المرأة ليس له ذكر .. ومن الضرائب التي تدفعها الزوجة بفعل الحداثة لمؤسسة الزواج ، أن الحرية الجنسية قد قضت على قدسية العذرية ، والاباحية الجنسية تكاد تعدّ اليوم سمة للمجتمعات في الغرب وحتى الشرق ..

- تفكك الروابط العائلية بفعل تضاعف سلطة الزوج الأب ، سوءا من مما أصاب المؤسسة الدينية من تراجع في الحياة الاجتماعية ، أو من جراء دخول المرأة سوق العمل ، وضعفت بالتالي سيطرة الرجل عليها ..

- العقد الحبي بين الجنسين الذي يعتمد على تكريس الرغبة والحب المتبادل ، ولكن السؤال من يضمن استمرارية هذا الحب ، فهو عرضة لتآكل الزمن والروتين الذي قد يصبح مصدراً للملل ويتحول إلى مقبرة للحب المتأجج

- سابقاً ، وتبقى الرغبة المتبادلة والرغبة في الاستمرار ، باسم الدين أو باسم الوفاء الذي يمكن له أن يحل محل الحب ، لأن الاخلاص هو جزء من العلاقة المشتركة التي جمعتهما .
- الحداثة كانت ضريبتها على المرأة كبيرة جداً ، بحيث حولت المرأة إلى موضوع استمتاعي يجردها من ذاتيتها ، فقد أصبح سواء الرجل أو المرأة في حالة اغواء مستمرة تحاربها باستمرار سواء باسم الدين ، أو باسم الوفاء للعلاقة أو باسم المكانة الاجتماعية والعائلية ، وكل ما قويت هذه النزعة الخارجية ، كلما كانت على حساب الرغبة الداخلية ، الهوام الذي يجمع الطرفين ويؤجج الرغبة ، فقد أضحى في الخارج وليس في الداخل ، أي في المثرات المتأتية من الخارج وتعمل فعلها في النفس سواء عند الرجل أم عند الأنثى ..
- العلاقة مع الأهل والمحيط وأثرها في الصحة العاطفية :

تتوزع الأدوار على الأبناء على مستوى الوظيفة النفسية التي يشغلها كلٍّ منهم في حياة الوالدين، حيث أن هناك حالات من النبذ النوعي ، لبعض الأطفال انطلاقاً من ملامح معينة، تجعل أحدهم أقرب إلى الأب أو الجد، وأحد فروع العائلة. كما أن لتسلسل الولادات منطقه في تحديد دلالة الطفل لدى والديه، الذي ينعكس مستقبلاً على العلاقة بين الأخوة. فمثلاً يمثل الطفل الذي يولد بعد نجاحات، أو انجازات حياتية، أو بعد وفاق سبقه صراع بين الزوجين، يمثل هذا الطفل ميدالية على صدر أهله، وهذا الأمر ينعكس عليه بالرعاية، والقبول والتقدير، مما يشكل في حالات متعددة من قبل أخوته، غيرة حادة تضغط عليه ، فيعيش أزماته بمفرده، رغم الاحتفاء الظاهري للأبوين به. أما الطفل البكر فيكون برهان على الأهلية الاجتماعية، والجدارة الوالدية من خلال الطمأنينة ضد قلق الخصاء ، وضمان إمكانية استمرارية الذات، من خلال الذرية كما يقال في الأحاديث الشعبية ،لذلك يحظى بمكانة كبيرة ، في مجتمعنا فيعامل في مرات كثيرة، وكأنه مشروع بديل الأب، بالمقابل يفرض على هذا الطفل ضغطاً إضافياً مع إخوته مستقبلاً . أما الطفل الأخير مثلاً، فيبالغ الأهل في التساهل في تنشئته، بعد أن اجتازا اختبارات الوالدية

والتفسير النفسي لهذا التساهل ، يعود لرغبة دفينة لدى الأبوين ، في اختبار الوالدية/ الأمومة والأبوة / ، مما يجعله مستقبلاً موضوع حسد من قبل أخوته ، بحيث ينشأ خالي من المتطلبات والمسؤوليات في أحيان كثيرة.

كما أن هناك نسق من القيم ، يحدد أدوار الذكور والإناث، ومكانة كلٍّ منهم في الأسرة أو المجتمع ، كما يحرض على تفعيل دور الذكور ، وتعظيم سلطتهم الأسرية والاجتماعية، ويعمل على تبخيس وتحقير الإناث، وتكريس تبعيتهم للرجال ، ويستمد هذا النسق شرعيته من مصادر عديدة ، أهمها الثقافة السائدة والتراث الشعبي والديني ، ويمثل الإطار الاجتماعي للأسرة المرجع الثقافي العام والموجه ، لكل خياراتها وتفضيلاتها وقيمها ، فإن نظم القرابة والأمور العائلية

والجنسية والمكانة الخاصة بمختلف الأجيال ، وكذلك صراع الأجيال والتحولات الاجتماعية ، كما أن المحيط يبرز في الصراعات والاضطرابات النفسية . فمثلاً نجد الفرق واضح بين المشكلات التي تعانيها الأسرة التقليدية ، وعلى ما هو الحال عليه الحال داخل الأسرة في المجتمعات المنفتحة الصناعية، فحيث أن نظم الانتماء والضوابط الاجتماعية المتشددة ، في المقاومة والمبادرة والاستقلال كلها ، قد توفر إحساس الأمان وتمارس ضوابط على السلوك ، وتبقي الأفراد في حالة من التبعية الطفلية لاسيما في المجتمع الريفي ، نجد الحياة الأسرية في المجتمعات المنفتحة ، فإنها تعاني من ازدواجيات وتناقضات في القيم والتوجهات ، ونجد آثارها على التنشئة والصحة النفسية ، بسبب من التحولات الجذرية التي تعكسها سوق العمل ، على علاقة الآباء والأبناء ، وبتأثر العمل وأساليب الراحة وتنظيم الحياة وضغوطات البطالة ، والعمل غير المضمون وغير الدائم ، مما يعكس جواً من التوتر النفسي ، ولا شك أن الأزمات لدى الوالدين في هذه المجتمعات ، تنعكس على صحة الأبناء النفسية وتنشئتهم .

ومما يجب الانتباه إليه في تربية الناشئة منذ الطفولة أن يتمسكوا بوجهات نظر واحدة ، وبمبادئ واحدة وأن يروا الرابطة الصحيحة بين المثل العليا والأفعال اليومية وأن يشعروا بالاقتران بين مثل المجتمع وأهدافه ، وبين أحلامه وخططهم الخاصة لمواجهة مستقبلهم .

8- الاجهـــاد عند النســـاء وأثـــره على الصحـــة العاطفيـــــة

ظهرت تعريفات عدة للإجهاد بدءاً من مقاربة الاجهاد للشدة النفسية "strees " إلى معاناة الحضارة الحديثة إلى التناذر العام للتكيف ، الذي وضعه عالم النفسي سيلي من جامعة "براغ" الذي اعتبر أباً للدراسات المتصلة بالإجهاد ، بدءاً من خمسينات القرن الماضي ، حيث طور نظريته حول الاجهاد من خلال فرضية الأمراض المدعوة أمراضاً تكيفية ، يمكن لها أن تنشأ عن ردود فعل تكيفية شاذة ، يسببها الاجهاد بمعنى محرض أو عامل يثير رد فعل في الجسم ، ثم يستخدم المصطلح ، في كتابه الأول الذي يحمل عنوان "الاجهاد" ، ويبرزه كشرط يستجيب الجسم ضمنه لعوامل اجهاد مختلفة ، ليصل الى التعريف الذي اخترته لتبنيه في دراستي هذه ، وهوكما يلي :

الإجهاد هو حالة تعرف بمجموعة أعراض ، والتناذرات خاصة تنطبق على جميع التغيرات العامة ، المستقرة في نظام حيوي ، كرد فعل لا نوعي لجسم ما على أي تأثير بيئي ، وهذا التأثير قد يكون نتيجة تأثير عامل طبيعي ، أو نفسي أو اجتماعي ، حيث قد يكون هذا التأثير آنياً وقد يكون دائماً ، أما وجهة النظر النفسية التحليلية للإجهاد وتبعاً ، لنظرية فرويد ، فهي تؤكد على أن معرفة البنية النفسية الفردية ، والاقتصاد النفسي الجسدي ، أي دراسة كميات التحريض الخارجية والداخلية ، في سير العمل النفسي الجسدي وبتعابير أخرى ، تؤكد على مسائل تقويم دورة النشاط واستثمارها ..

وتبعاً لهذه الرؤية للإجهاد يمكننا القول : أن التغيرات البيئية تتدخل على مستويات مختلفة عامة وليس فقط على مستوى الفرد ، وطنية مثلاً إلى أن تكون عائلية وفردية فقط ، حيث تبين أن للظروف الأمنية خلال فترات الحروب ، والصراعات والظروف الاقتصادية والغموض السياسي ، تأثير على كل الشرائح الشعبية في أي مجتمع ، حيث يعاش الحداد من خلال فقدان العمل ، والنتائج الخطيرة المتصلة به على الصعيد الفردي ، الى الحداد الناجم عن فقدان عزيز ..

ونظرا لكون المرأة في مجتمعاتنا ، تتعرض إلى شتى مظاهر التضييق والاكراه الجنسي ، فحال وجودها بمفردها في الشارع أصبح مشروعاً للتحرش ، والمضايقات وسوء الظن بها ، وبطلعتها ، فهناك احصائيات تؤكد أن 60% من الفتيات المصريات ، يتعرضن للتحرش الجنسي ابتداءً من الملامسة لأجزاء الجسد ، و انتهاءً بأقصاها ، وهو الاغتصاب التام لها ..

ومرواً بالعنف الجنسي ضدها من الزوج ، وخاصة في البيئات الفقيرة والمتخلفة ، والتي تراها موضوعاً جنسياً لا غير ، ويجب أن تستجيب لرغبات الرجل متى يشاء ، وكيفما اتفق بعيداً عن الرغبة عند الطرف الآخر ، إلى جانبي ظاهرة الاغتصاب واستخدام القوة ، لإلحاق الأذى الجسدي والنفسي بالضحية وتشير التقارير الأمنية المصرية ، إلى أن هناك ما لا يقل عن (27) حالة اغتصاب ..

وقد كان للنظر في دينامية العلاقات بين أفراد العائلة ، السبب في جعل المعلومات عن واقع الزواج ، والعلاقات العائلية على الوظائف النفسية خجلة ، فالغالبية مثلاً مازالوا يعتمدون الاستقرار في الزواج ، مؤشراً للفعالية النفسية ، ومن الالتفات إلى الكلفة النفسية التي تدفعها المرأة ثمناً لهذا الاستقرار ...

بحيث مازال هناك قناعة كبيرة في بعض الأوساط الاجتماعية ، أن المرأة هي المستفيدة الرئيسية من الزواج ، برغم تراكم الاثباتات التي تشير إلى ذلك ، من حيث أن الرضة الناجمة عن الطلاق أو موت الزوج ، مازالت في بداياتها ، وكذلك المآزم الناجمة عن تأخر زواج بعض النساء ، والعزباوات الكبيرات السن ، وكلها فئات نسائية تعاني في مجتمعاتنا قائمة ، على اعتبار الزواج الحالة المعيارية للوجود ..

من المآزم التي تتعرض لها الإناث بانتظام أيضاً ، الاعتداء الجسدي بالأساليب المختلفة المعبرة عن هذا الاعتداء ..

فالعنف الأسري الذي بات علينا في السنوات الأخيرة ، والذي أخذ أساساً شكل ضرب الزوجة ، أو الاغتصاب الزوجي ، أو شبه الاغتصاب ..

العلاقة الاثمية بين الأب أو الأخ أو أي قريب آخر للفتاة الصغيرة هي رضّات هلعية تتعرض لها النساء خاصة والتقديرات الرقمية تشير إلى أن 10% تقدير هيرمان من الإناث الأميركيات الصغيرات تتعرضن لنوع من الاعتداء الجنسي العائلي ..

1% من الفتيات الصغيرات تعرضن لاعتداء من الأب نفسه والدراسات حول فعالية العلاج النفسي وأشكال تدخله في هذه الحالات ليست كافية ..

كوس"koss" يوضح أن حدة أو تواتر العنف الذي تتعرض له المرأة في اطار العلاقات الشخصية التبادلية ، هما أمران غير موثقين بشكل صحيح ، في الاحصاء المسحي الوطني الأمريكي للجريمة ..

كما تثبت الدراسات أن الحداد عند المرأة ، يرتبط مرات بالحمل والولادة لطفل ، بحيث يمكن اعتبارهما عاملين مجهدين مؤذيين يبدلان من التوازن النفسي الداخلي ، من كونها استجابات انفعالية نفسية تجاه فعل الفرد ، نحو موقف خاص ، وأكثر ما تعيشه المرأة ، بما يسمى الاجهاد العلائقي ، ذلك الاجهاد المرتبط بنوعية العلاقات الانسانية ، التي يقيمها الفرد مع المجموعة سواء في حياة العمل أو الحياة الأسرية ، كما أن الفوضى الاجتماعية ، وتفكك الجماعات بكاملها عندما تواجهها ظروف اجتماعية غير آمنة ، أو كوارث طبيعية مما يضطر الناس إلى الرحيل خارج البيئة ، التي هي محل استقرار الفرد .. هناك أبحاث عدة تبرز ارتفاع حالات مرضية ، مثل السكتة القلبية وارتفاع ضغط الدم الشرياني ، في ظل اضطراب ظروف الاستقرار العائلي

دراسات هوفينز (19769 (وآيتنغر عام (1971) التي أجريت على الذين ظلوا على قيد الحياة في مخيمات الاعتقال ، في النروج إنه ما بين عامي /12-15 / سنة بعد انتهاء الحرب العالمية الثانية كان 33% من العينة المدروسة يعانون اضطرابات عقلية ، وكذلك الدراسات التي أجريت حول معدلات الوفيات بين الأسرى الأمريكيين في اليابان بحوالي 60% ، كما أن الأمراض التي أصابت هؤلاء بعد الحرب تعتري أعضائهم ، وكانت أسباب الوفيات إما السرطان ، وإما الحوادث أو السل ، كما أن المعاملات الجسدية السيئة ، وسوء التغذية والعنف النفسي تركت آثاراً عميقة ، بحيث تشابك الواقعان النفسي والبيولوجي ، لدرجة يصعب التمييز بين تأثيراتهما ، كما أن النتائج البيولوجية ، والنفسية التي تتركها الأحداث المجهدة تختلف من شخص لآخر ، كما أن الأبحاث أكدت أن جميع الأشخاص المعرضين لحالات من الإجهاد الحادة والطويلة الأمد لا يستعيدون أبداً حالتهم السابقة ، من الرفاه الجسدي والبيولوجي والنفسي ، وجميع الأشخاص الخاضعين لتهديدات تدوم مدى الحياة ، يطرحون أيّاً كانت مميزاتهم النفسية ، في وسط تسيطر فيه فقط ردات الفعل البيولوجية العميقة ، والشاملة لحياتهم الفردية ، كما أن مدة الحدث المجهد ، تتغير تبعاً لتأثيراته تأثيراً مدمراً شبيه بالأثر ، الذي يتسبب في حالات الاجهاد الدائم واستنتج ان معدل مرتفع جداً من الاضطراب العصبي ، والعقلي لدى طياري قاذفات القنابل البريطانية ، في الحرب العالمية الثانية بعد ثلاثين طلعة ..

إن المتغيرات الحرجة لمقاومة الاجهاد للطاقة ، فيما يتصل بالاستجابة

العاطفية ، تختلف فيها عتبة القلق هبوطاً وارتفاعاً تبعاً للأفراد ، وبالتالي يكون الأفراد الأكثر تعرضاً للمرض ، هم من أولئك الذين يملكون مستوى متدنياً جداً ، من مقاومة الإرهاق ، ومن الأمور المعلنة أن : قابلية التعرض للإجهاد تتغير بتغير مصدر الإجهاد ، بحيث لا يمكن اعتبار أن مقاومة الفرد مستقلة عن محيطه ، وعن معادلة الإجهاد يؤثر الوضع الاجتماعي الذي يشغله الفرد في جماعة ما ، على قابليته للإصابة بالإجهاد ..

أما الإجهاد لدى النساء ، فقد رصدته دراسات عديدة ، أذكر منها دراستي جورجيا وتيكين – لانويل ، والتي أشارتا إلى الأعراض التالية :

- انقطاع الطمث
- التوترات التي تعتري المرأة في مرحلة ما قبل الحيض
- الصراع الذي تعيشه المرأة بعد أزمة ما بعد الولادة
- اكتئاب سن اليأس المرافق لتشنجات المهبل والبرودة الجنسية وفقدان الانتعاظ وذروة النشوة الجنسية ، إلى العقم .
- فقدان الشهية غلى الطعام وعصاب الفم
- الاكتئاب الناتج عن نوعين من الاجهاد هما :

1- اجهاد متصل بهوتهن البيولوجية
2- اجهاد متصل بممارستهن المهنية .

ليأخذ الاجهاد تبعاً لهاتين الدراستين مدى أوسع عندما لا تتمتع المرأة لأي دعم عاطفي ، لا في البيت ولا في العمل وطبيعي ألاّ تشمل هذه الأبحاث التجربة العاطفية للحيض الأول ولردات الفعل على التحضر للأمومة أو لغيابها ..

كما أن تحولات جسم المرأة تتعلق بالمثير النفسي الذي يسبب مخاوف فقدان الجاذبية لها خلال الحمل ، مما يصحب هذه التحولات تصرفات جديدة ، تتعلق بصحة حماية الأم منها الامتناع عن الكحول والتدخين ، إذا تمكنت من تعاطي بعض الأدوية بانتظام .. وفوق ذلك تسبب التغيرات الهرمونية بعض الاضطرابات ، التي يضعها الأزواج في جانب خانة الأمراض الوهمية .

بعد الولادة يحدث أن تشكو (20-60) من النساء من انحطاط للقوى يعقب الولادة ، وتشعر المرأة الحديثة العهد بالأمومة ، إذ تبتعد عن زوجها ، وعائلتها وتشعر بأنها معزولة وضعيفة ، وتضطر لدى عودتها من المشفى إلى البيت ، إلى مواجهة اجهاد يفوق اجهاد ، ما قبل الوضع ، وتعيش بصعوبة حالة فقدانها لحريتها ، وسهولة تحركها وخاصة أمومتها المتناقضة .

عندما تبلغ النساء مرحلة انقطاع الطمث ، يتقبل الأطباء والمحيط الاجتماعي ابعاد التغيير الفيزيولوجي ، الذي يطرأ عليهن . حيث إن تغيرات المزاج ، والمسلك في هذه المرحلة الحرجة تثيرها تحولات جسد المرأة ، ويؤدي نقص الاستروجين والبروجستون ، إلى تأثير تصاعدي على جميع أنسجة الجسم ، ويجب أن يتكيف الجهاز الوعائي ، تكيفاً يصحب التغيير بدءاً من لفحات البرد التي تشعر بها ، حوالي ثلثي النساء عند انقطاع طمثهن ، جفاف أنسجة المهبل ، مما ينتج علاقات جنسية مؤلمة ، 4% من النساء معرضات لهشاشة العظام وترققها ، أما الظواهر النفسية المرتبطة بانخفاض المستوى الهرموني ، أو اضطرابه لدى النساء فهي القلق وانهيار القوى ، كما يمكن أن يقترن الإجهاد بالشيخوخة أو بالشعور بالشيخوخة ، وفقدان الجاذبية مع مختلف المظاهر الفيزيولوجية المذكورة ، كما قد يدخل بعض النساء في حلقة مفرغة من المظاهر الفيزيولوجية الخطرة ..

فقدان المرأة التحكم بجسمها ، يولد لديها الضيق وتزايد الشعور بالتهديد ، وكل أنواع الإجهاد هذه مبرمجة في جسد المرأة ، وتتعلق ردة الفعل النفسي بتاريخها الشخصي ، والعائلي والاجتماعي (الاجهاد أسبابه وعلاجه ،51)

في دراسة حول اجهاد المرأة في العمل ، تشير دراسة ل j.Davidson Marilyn ,1986) أن ما يقرب من 90% من النساء في البلدان الغربية ، يعملن أو سيعملن في بعض مراحل حياتهن لعدد من العوامل ، ويتيح تحديد الولادات للمرأة ، ويتحكم إلى حد ما بمصيرها كأم لعائلة ، وقد اختصرت تكنولوجيا المطبخ والمنزل ، الوقت الذي يهدر في الأعمال المطبخية إلى حد لا يستهان به ، وأعيد النظر إلى الفرق بين الجنسين الذي يميز المرأة ، في بعض المهن كالجيش والدفاع المدني قطاع الاطفاء مثلاً ، وذلك للأخذ بمنظار جديد ، بحيث جعل التضخم والكساد الاقتصادي في مجتمعات ما بعض الصناعية ، لدخل المرأة أمراً ضرورياً ..

وتبعاً لنظرية (هانس سيلي) إن الكثير من الأمراض الشائعة ، ناتجة عن نقص في التكيف مع الاجهاد ، أكثر مما هي ناتجة عن حوادث سببتها الجراثيم والفيروسات ، أو مواد مضرة أو أي عامل خارجي ، أمراض التكيف في نظر (سيلي) التضاد الهرموني بين المعدنية اللحائية ، والسكرية اللحائية .فقد بينت الدراسات ان ازدياد الهرمونات المعدنية ، واللحائية بشكل مفرط هو الذي يحدد أمراض التكيف

أما الأمراض الناشئة عن التكيف الناقص أو الزائد مثل الصدمات الناتجة عن الرهاب ، وأمراض التكيف الزائد الناشئة عن الهرمونات المعدنية اللحائية ، و ضغط الدم المرتفع تصلب الكلية الذبحة الصدرية ..

- **الحصـــر النفســـي كمصـــدر للإجهـــاد**

الحصر هو معلم انذار وهنا نوعين للحصر تلقائي وحصر الخصاء

فالحصر التلقائي : هو الحصر الذي نعيشه أمام حظر حقيقي يثيره موقف خارجي يهدد الفرد فعلياً والحصر الآلي مرتبط بإعادة تنشيط حالة القلق البيولوجي الفعال الذي يعيشه الإنسان في الأشهر الأولى لحياته من حياته ، هذا النوع من الحصر يعد مَعلم تحذيري من كونه بقية للحصر الآلي الذي يستخدم تنبيهاً معداً لتشغيل أو آليات ضبط الأنا ..

حصر الخصاء : هو صراع عصابي داخلي حيث تبين الخبرة النفسية العيادية أن هناك أمراض عدة نفسية / جسدية تزداد هشاشتها خطورة بفعل الأحداث الخارجية المسببة للإجهاد والتي تسهم في اتساع الإثارات الداخلية .. ويمكن التحدث هنا عن العصاب الناشئ عن صدمة قديمة لأن أية استثارة لدى المرضى بإمكانها أن تتجاوز الأواليات الذهنية الضعيفة "في كتاب جورج غرودك : الانفعال اللاواعي " يجد أن بنية الشخصية هي التي تجعل قسماً محدداً من الجهاز العضوي سريع العطب تجاه عوامل الاصابة الداخلية ، وهي التي تهيء الأرض للتبدن اي الاصابة بالأمراض البدنية وان تأثيرات العواطف يمكن أن تثير أو تمنع عمل جميع الأعضاء فبعد زوال التوتر العاطفي تعود الوظائف العاطفية الانفعالية غلى توازنها العادي ، استناداً إلى نظرية التوعية الانفعالية التي أسس لها "فرانز الكسندر" وزملاؤه في مؤسسة شيكاغو ، فقد أسهبوا في شرح الصياغة الكلاسيكية الذاتية الانفعالية ، فإن الاستجابات الجسدية للمثيرات العاطفية سواء كانت عادية أو مرضية تتغير تبعاً لطبيعة العاطفة التي تطلقها لكل حالة عاطفية وأعراضها الفيزيولوجية الخاصة ..

والجدير ذكره أن هذا الميل إلى الاستقرار المتجانس يفترض تحقيق توازن تفاؤلي بين غرائز الحياة والنمو دافعاً بالنظام المفتوح نحو تكامل يتطور أكثر فأكثر ، وبين غرائز الموت الذي يؤدي إلى تدمير الجسم المتعضي نفسياً وبيولوجياً ..

السلطة التي تحكم الشخصية الإنسانية والتي يدعوها المحللون النفسانيون "بالانا" هي عامل تحليل وتنظيم وجميع الأوليات التي وصفها "سيغموند فرويد" تتطبق على وصفها فينر بعبارات ارتجاعية و أواليات مؤازرة هذا الالحاح على التنسيق والتحليل تمهر وظائف تشابكه تسمح له أن يدرك الحقية ويقيمها ، الأمر الذي يستتبع مدخلاً إلى الذكريات الواعية والقبل واعية واللا واعية .بحيث تأخذ الأنا في الحسبان الأحداث الخارجية والداخلية لتكون أهلاً لتقييم أوضاع التحريض المفرط والتشجيع غير الكافي للحاجات الغريزية ..

الوظيفية الأساسية للانا هي حفظ التوازن الفيزيولوجي والجهاز النفسي لدى

الكائنات البشرية التي هي بدورها متكاملة مع مجموعة أكثر تعقيداً ألاّ وهي الشخصية ، وهكذا تتلقى الأنا وبشكل متواصل ضغط المتطلبات الغريزية والحاجات الجسدية والتهديدات ومتطلبات ملحة صادرة عن البيئة وتتعرض الأنا للإجهاد ومن المهم أن نبحث عن الأوليات المستخدمة للضغوط الانفعالية ..

هناك خبرتان توفران للعائلة لتتخطى الصعوبات وأزمات الاضطراب والتعطيل ووضع العائلة بحد ذاته محك تغيير

ان معدل الطلاق اليوم هو 50% ولا تستطيع أم لعائلة أن تعيش في المنزل مدى الحياة ، فعلى النساء المطلقات أن يعملن في المنزل لتأمين معيشة عائلاتهن والأولاد الذين في عهدتهن واستقلالهن ، إن العدد المتزايد من العازبات والعازبين بسبب تأجيل سن الزواج وأهمية النجاح في المهنة دعّما فكرة الاستقلال الذاتي والمالي للنساء ..

ونجد واقع الحال عند النساء الذين دخلن الحياة العملية ان الاجهاد يتسبب عن تصادم الزوجة مع سياق العمل وتباين العمل مع الحياة العائلية ، حيث أن أغلبية النساء العاملات لا يستفدن حتى الآن من دعم شركائهن خلافاً للرجال ، مما يتسبب هذا الحال بأن تكون النساء اللواتي يمارسن المسؤولية أكثر انفعالاً وتأثراً يعانين آلاماً في الرأس متكررة ، ويعترفن باقترافهن أخطاء ، وكذلك يتذمرن من فقدان الاتصال بهن في التنظيم وخاصة من انهن يستشرن عند اتخاذ القرارات .

هذا التمييز الجنسي ينمي وينشط هذا النموذج المسلكي ، لأن النساء يضطررن إلى القيام بإنجازات تفوق انجازات الرجال إذا رغبن في التفوق في عملهن وفي أن يعطين حقهن من التقدير والارتقاء داخل التنظيم وكثيراً ما يضطررن إلى تأجيل تأسيس عائلة .. كما أن توصيات جميع الباحثين في هذا الموضوع تميل إلى دفع المؤسسات الى الاهتمام بمشاكل الموظفات اللواتي يقمن بعمل مزدوج في المؤسسة وفي البيت بتطوير البينة التنظيمية للموظفين واجراء القرار في المؤسسة يجب أن توضع لهذه المسائل الخطيرة حلول بمؤازرة الحكومة والمؤسسات والتنظيمات الاجتماعية وإلاّ فإن النساء يمضين في دفع ثمن مرتفع من أجل النجاح في عملهن في المؤسسات الخاصة (54، الاجهاد الاسباب والعلاج) ..

هناك مصطلح يستعمل في الفيزياء يطلق عليه "الاستقرار المتجانس homeostase:) التي استعملت في الفيزياء والكيمياء والفيزيولوجيا عمّ استعمالها أيضاً ، في الظواهر النفسية والاجتماعية (فون برتالنفي)منّظر الأنظمة وصاحب نظرية المتعضيات ، التي تشمل الكائنات الحية والمادة الجامدة ، هناك ميلاً شاملاً نحو اقتصاد الطاقة ، استناداً إلى مبدأ الاستقرار الشامل وتبدو الخلايا الحيوانية والنباتية ، والمدن والشعوب والكواكب محكومة بتوازن ، واستقرار ذاتي الانضباط .

"فون برتالنفي" ميز بين أنظمة مقفلة وأنظمة مفتوحة ، بحيث وجد أن الأنظمة المفتوحة تعني الأجسام الحية وتتراءى الأجسام وكأنها منقادة لقوى بيولوجية مرتبطة بالنمو والانتاج والهرم التي تبدل انقطاع مستوى الاستقرار المتجانس وحدود تنظيمها ..

وبالعودة لنظرية هانس سيلي : نجد أن الكثير من الأمراض الشائعة ناشئة عن نقص في الكيف مع الاجهاد أكثر مما هي ناتجة عن حوادث سببتها الجراثيم والفيروسات أو مواد مضرة أو أي عامل خارجي ، فأمراض التكيف في نظر سيلي هي : التضاد الهرموني بين المعدنية اللحاوانية والسكرية اللحاوانية ، كما أن ازدياد الهرمونات المعدنية واللحاوانية بشكل مفرط هو الذي يحدد أمراض التكيف ..

الأمراض الناشئة عن التكيف الناقص والتكيف الزائد مثل الصدمات الرهابية ، أمراض التكيف الزائد الناشئة عن الهرمونات المعدنية اللحاوانية ، ضغط الدم المرتفع وتصلب الكلية والذبحة الصدرية ..

مقارنة بيار مارتي / السايكوماتية المستندة على التحليل النفسي ، التأكيد على مبدأ التطور في التنظيم والتنمية الفردية كتاب الحركات الفردية في الحياة ، معنى الاقتصاد السايكوماتي الذي يحتوي ويتجاوز في آن واحد الازدواجية الفردية في دوافع الحياة والموت ليبلغ مستوى التنظيمات البيولوجية للشخصية التكوينية ، معنى الاقتصاد يرتبط بوجود جهاز نفسي عمله الاحتفاظ بالطاقة التي تسري فيه عند مستواها الأدنى وتفرض التحريضات الخارجية المنشأ الحسية والداخلية المنشأ الغريزية عملية توظيف هذه الطاقة ووقف توظيفها ومنعه والمبالغة فيه .

حيث أن الجهاز الأساسي يقوم في هذه البنية العقلية على عمل ما قبل الوعي الذي هو استناداً إلى النظرية الفرويدية مركز التطورات العقلية اللاواعية – ما قبل الوعي –الوعي ، بيار مارتي يقيم نوعية عمل ما قبل الوعي انطلاقاً من ثلاثة أبعاد ، .

ان كثافة العمل التي تحددها كمية الطبقات المتعاقبة للتطورات المكتسبة أثناء نمو الأفراد ويقصد بها العلاقات ما بين الظاهرات الحسية والنشاط الحركي ، وما بين المدركات الحسية والعلاقات الشفهية والعلاقات الحسية الحركية الادراكية الشفهية وهي علاقات تصحبها مؤثرات انفعالية اي تصورات ومؤثرات حيوانية بالنسبة للدورة الداخلية بين مختلف طبقات التصور وهي سيولة ضرورية للاستقرار المتجانس ، جهوزيته التلقائية زمنياً المتعلقة بدورة تحدث أو لا تحدث بين طبقات التصورات ، وعندما يتوفر وجود هذه الصفات الثلاث لما قبل الوعي تكون أمام عقلنة صحيحة . وعند الشك تكون العقلنة غير أكيدة وعندما ينقص بعداً و أكثر تكون العقلنة فاسدة ، ولكي ينجز "بيار مارتي" هذه

المقاربة شكل تصنيفاً سايكوسوماتياً يتضمن خصوصيات عادية عظمى ، حصر – ميزات شديدة الحساسية خوف من الأعياء معطيات تتعلق بالوظيفة العقلية وطريقة الحياة المألوفتين ومعطيات ماضوية تعود إلى الماضي .. مثل حداد قديم مشاكل هويّة / خصائص ثقافية عظيمة الأهمية حول هستيري / انهيار أساسي وانهيار حاد – تشوش مستمر ، صعوبات جنسية ، ادمان حديث العهد ، قيود حديثة عرضية أو عرضية للنشاطات الجسدية ..

- **هانس سيلي واضع نظرية الاجهاد 1935**

التناذر العام للتكيف (S.G.A) هو مظهر خاص للسيروات والحالات الفيزيوجية التي تحدث استجابة لأنواع المثيرات الخارجية والحالات الفيزيولوجية التي تحدث استجابة لانواع المثيرات الخارجية المتنوعة أو المجهدات وقد ميز"هانس سيلي" متأثراً بملاحظات ثلاث لمراحل متعاقبة لتكيف الجسم مع جميع متغيرات محيطه :

- مرحلة الانذار
- ومرحلة المقاومة
- ومرحلة النضوج

تتميز مرحلة الانذار أو مرحلة الصدمة بسرعة خفقان القلب وبنقص في حيوية العضلات ، وانخفاض في حرارة الجسم وتكون قروح معدية ومعدية ، وبازدياد في تركيز الدم وبانحباس البول وبنقص الحموضة في المعدة ، وانخفاض في عدد الكريات البيض ، وبارتفاع عابر في نسبة السكر في الدم ، وأخير بنقص السكر في الدم عن طريق افراغ الادرينالين من لب الكظرية ، ان مقاومة الجسم استناداً إلى سيلي :هي نتيجة الايض التحول الغذائي التعويضي ، الذي يحرض افراغ المغذي اللحائي من فص النخامية الأمامي مسبباً فيضاً في افراز هرمونات قشرة الكظر – هذا الافراز يزيد من مقاومة الجسم .. ما يؤخذ على نظرية سيلي : بأن المرض هو ما يؤخذ في الاعتبار ، ولكن تجاوب المريض مع المرض .. دور الجسم هو حفظ التوازن الداخلي مع تشغيله الطاقة الضرورية لمسيرة التكيف ، يعيش الانسان في حالة دائمة من الاجهاد ، انها حالة حفظ التوازن الداخلي مع تشغيله الطاقة الضرورية لمسيرة التكيف ، يعيش الانسان في حالة دائمة من الاجهاد : انها حال الاثارة، ويقول كلد برنار :

ان الاجهاد الفيزيولوجي هو ضروري للإيقاع البيولوجي فإن فقدان المحرض أو غيابا الاجهاد الفيزيولوجي ، ولتثبيت البيئة الداخلية وبالنتيجة فأن الفقدان هو الموت ، هذا الاستنتاج هو وراء ولادة الايمان بالإجهاد السعيد ..

- **عوامل الاجهاد عند المرأة**

العنف كمصدر للإجهاد عند المرأة :

1- عنف مادي متمثل بالضرب والتجويع والاغتصاب

2- عنف معنوي متمثل بالتمييز والاذلال والاهانة والترك

مازالت تعاني المرأة العربية تعاني من العنف العائلي بشتى صورها ، فقد يكون العنف العائلي جسدياً أو نفسياً أو من نوع تقييد الحرية أو المضايقة الجنسية ، إن العنف العائلي هو جريمة وغالباً من يكون موجهاً ضد النساء ولكنه قد يكون أيضاً موجهاً ضد الشيوخ والأطفال والرجال أيضاً. ومن الجدير بالذكر أن العنف يعتبر في فنلندا جريمة حتى في الأماكن الخاصة كالبيت ويحق لمدعي النيابة العامة رفع الدعوى بشأنها. ويمكن للضحية ولممارس العنف طلب المساعدة على قدم المساواة لحل المشكلة. ويمكنك في حالات العنف مثلاً الاتصال بالجهات التالية: الشرطة ، مناوبة ضحايا العنف (rikosuhripäivystys) أو بيت الأمان (turvakoti) .

هذه كلها عناصر عدائية وتدمير تحول حالة الحب والحياة العاطفية بين الرجل والمرأة إلى كراهية وموت العلاقة الانسانية بينهما . مما يتسبب بسلوكيات غير حميدة للأبناء من جراء تشويه صورة الأنوثة والامومة لديهم ، من حيث يقدم أمامهم الأولاد صورة للتماهي بالمعتدي وتقليده كظالم في التعامل وهذه الخطورة التي ينبغي العمل على وقاية المرأة في التعرض لها ، والمتمثلة بمنطق اسقاط لعبة تبادل العنف التي فتقتها الأحداث التي عاشتها سوريا في السنتين الأخيرتين ..

- **الجهل كمصدر للإجهاد**

إن المرأة تعيش وتختبر تغيرات جديدة دراماتيكية في مسار حياتها يكرس من خلا ل قاعدة التجاهل أو الجهل في تهيئة المرأة لهذه التغيرات سواءً في تهيئتها للبلوغ أو الزواج ومن ثم الولادة ، وهذه القاعدة بكل تأكيد تنطبق على تهيئة الشباب لأدوار الرجولة . حيث التغيرات الجسدية الحاصلة في جسد الإنسان يصاحبها تغيرات نفسية في الأمزجة ومن ثم في الاستقرار ، ومازلنا ونحن في القرن الحادي والعشرين لم نعطي في تنشئتنا الأسرية والاجتماعية إلاّ أهمية ضئيلة لهذه التغيرات الحاصلة من جراء مراحل النمو والملاحظ أن هنا عدم اقرار بالفروقات بين الجنسين في البيئات التي تتحضر وهنا تظلم المرأة كذلك وهذا نوع من التحيز ضد المرأة وهو من آثار الجهل بإرساء ما يلزم لقواعد التنشئة السليمة ..ووفقاً لرأي "هيرماستين" الباحثة بقضايا النساء النفسية ، أما "ليرنر : lerner" فتشير إلى أن عبارة الهستيريا مثلاً تستعمل في أغلب الأحيان لوصف أية امرأة مضطربة ، وهذا بلا شك يعطينا التباسات وخلافات حول فهم المرأة والتمعن بسماتها النفسية وخصائص الأنوثة ، يعطيها وصف كاريكاتور لأساليب أنثوية في السلوك البشري إذ أن الوصف بهذا المستوى هو أمر تبخيسي ...

ففي إطار معالجة التحيز ضد المرأة في كل المجالات ، وحتى منها العلاجية وأنظمة التشخيص النفسية كما تقدم كابلان مثلاً في النضال الذي خاضته مجموعة نسوية ضمن الجمعية الأمريكية للطب النفسي لإلغاء تشخيص الشخصية المازوشية والتصنيف البديل للشخصية الغالبة لذاتها :self defeating في نظام التشخيص السائد DSMIIIR ...

حيث أن بعض المهنيين العاملين في مجال الصحة النفسية تماماً كالناس العاديين يعتقدون أن النساء مازوشيأت يتلذذن بالألم ويبحثن عن العذاب ، لذا فإنهم يسارعون إلى لوم المرأة التعيسة على عذابها ، بدلاً من أن يسعوا إلى التحديد وفهم مصدر تعاستها والعمل من ثم على احاث تغييرات في العوامل المسببة لتعاستها .

من هنا نجد أن ما يلزم للتخفيف عن المرأة معاناتها وارساء قواعد المواطنة والاستقلالية والتنشئة على العطاء المتبادل ، وهذا يقتضي من المهتمين بقضايا تحرر الإنسان / امرأة كان أم رجل بإعادة التربية على أسس العلم ومفهوم حقوق الإنسان والمواطنة سواء كانت اعادة التربية تتم عن طريق الوعظ ومن خلال تلقي دروس الدين عبر الجوامع والأخويات أو العلاقة برجل الدين ووعظه إلى اعادة التذكير باستمرار من خلال وسائل الاعلام التي تعنى بشؤون الأسرة والتربية على المواطنة ..وعبر اللقاءات والندوات التي علينا ومن الآن التفكير بالعمل عليها بكل الجدية والاحساس بالمسؤولية ، إن المرأة تعيش وتختبر تغييرات جديدة ودراماتيكية في مسار حياتها يكرس من خلال قاعدة التجاهل أو الجهل في تهيئة المرأة لهذه التغيرات سواء في تهيئتها للبلوغ أو للزواج ومن ثم الولادة ، وهذه القاعدة بكل تأكيد تنطبق على تهيئة الشباب لأدوار الرجولة ، حيث أن التغيرات الجسدية الحاصلة في جسد الإنسان يصاحبها تغيرات نفسية في الأمزجة ومن ثم في الاستقرار ، ومازلنا ونحن في القرن الحادي والعشرين لم نعطي في تنشئتنا الأسرية والاجتماعية إلاّ أهمية ضئيلة لهذه التغيرات الحاصلة من جراء مراحل النمو ، والملاحظ هنا عدم اقرار بالفروقات بين الجنسين في البيئات التي تتحضر وهنا تظلم المرأة كذلك ، وها نوع من التحيز ضد المرأة وهو من آثار الجهل بإرساء ما يلزم لقواعد التنشئة السليمة ...

فتعليم المرأة ودخولها إلى سوق العمل وتحملها مسؤولياتها لا يعني مؤشراً لتحررها ، بل يعني في مجتمعاتنا أنه اضافة للمرأة لتزيد من قيمتها في المناقشة في الزواج والعمل أو دخلاً اضافياً للأسرة يسهل ابتزازه ، رغم أن العمل ضرورة للارتقاء بها وكخطوة أولى بسيطة على طريق المفهوم الشامل للمساواة بين الجنسين .

ان الاستلاب لحقوق المرأة يأخذ طابعاً أكثر مرارة عندما يندمج الدين مع السياسة ليتحول اكراه المرأة إلى قوة قانونية ملزمة عليها من السماء والأرض ..

حيث مازال السائد هنا المزاج والموقف العقلي والفكري من مساواتها ، من خلال بناء جدار عازل من الريبة والشك بين الجنسين من عدم المصافحة ومن مسوغات شرعية بعدم جواز ملامسة الأيدي ، كما ان دائرة الرقابة تشتد عليها من الجميع عند بلوغها ثم يستقبلها زوجها فيعيد انتاج تربيتها وفق لما يرتئيه مناسباً له ، كما نجد أن الأطفال الذكور يساهمون في تربيتها وفرض دائرة من المنوعات على حركتها وحريتها الشخصية من حيث تعرضها لشتى مظاهر الاساءات كامرأة أو زوجة واساءة معاملتها جسدياً بالضرب والتهديد والوعيد ومنعها من التعاطي بالمال وايجاد فرص عمل لكسب المال وجعلها معتمدة كلياً على مال الرجل أو اغتصاب مالها والتصرف به ، وعزلها اجتماعياً ومنعها من الاتصال بالآخرين إلاّ بموافقات مسبقة وبشروط في الصرامة وتحركاتها عن كثب ،وجعلها تشعر بالذنب أمام أولادها واخوانها من خلال اهانتها أمامهم واكراهها على القيام بمختلف الصرفات التي قد تؤذي فيها حتى نفسها ...

وبذلك فإن دخول المرأة للعمل في بلادنا هو مصدر للإجهاد بحيث أن التميز الجنسي ينمو وينشط ، لأن النساء يضطررن إلى القيام بإنجازات تفوق انجازات الرجال في حال رغبن في التفوق في عملهن وفي أن يعطين حقهن من التقدير والارتقاء داخل التنظيم وكثيراً ما يضطررن إلى تأجيل تأسيس عائلة ..

من هنا تأتي توصيات جميع الباحثين في هذا الموضوع إلى دفع المؤسسات إلى الاهتمام بمشاكل الموظفات اللواتي يقمن بعمل مزدوج في المؤسسة وفي البيت بتطوير البيئة التنظيمية للموظفين واجراءات القرار في المؤسسة يجب أن تضع لهذه المسائل الخطيرة حلولاً مؤازرة للحكومة والمؤسسات والتنظيمات الاجتماعية وإلاّ فإن النساء يمضين في دفع ثمن مرتفع من أجل النجاح في عملهن في المؤسسات الخاصة (54، الإجهاد) خلافاً للرجال تكون النساء اللواتي يمارسن المسؤولية أكثر انفعالاً وتأثراً يعانين آلاماً في الرأس متكررة ويعترفن باقترافهن أخطاء ، وكذلك يتذمرن من فقدان الاتصال بهن في التنظيم وخاصة من انهن قلما يستشرن عند اتخاذ القرارات ، ان النساء الخاضعات لمسلك النموذج هذا هن أكثر عدداً من الموظفات الشابات وذوات الرتب المتوسطة في المؤسسة ، إن بين هذه الكوادر الفنية خاصة يتولد نفاذ الصبر وروح المنافسة والتحديات التي تستنهض المسؤولية والشعور بالوقوع تحت ضغط مستمر ..

هناك تضافر منظومة من العوامل الاقتصادية والاجتماعية والتربوية والثقافية والفكرية والايديولوجية ، لاستلاب المرأة وامتثالها بشتى سلوكيات الاذلال والحط من القيمة الشخصية لها والاجتماعية ولا تفوتنا العوامل النفسية الذاتية المتصلة بالعنف الكامن الذي يتخذ مسارات مختلفة في الشخصية الفردية والمجتمعية ، فالعنف لدى الإنسان قل نظيره ووظائفه في الكائنات الحية الأخرى ، حيث العنف عند الحيوان عندما يقوم بسلوك العنف يقوم به حفاظاً على نوعه ، أو في البحث

عن عوامل البقاء كالبحث عن الطعام والأمن وهو نادراً ما يرتكب ضد أبناء الصنف أو النوع الواحد كما عدوانية محدودة بحدود غرائزه وما منحته الطبيعة من قدرات محددة لا يستطيع الحيوان تجاوزها بل أحياناً يستسلم عند الحاجة ويكتفي بالقدر المقرر له .

العنف أو العدوان الانساني يتجاوز هذه الحدود من حيث نجد الانسان يقتل من أجل القتل وهو الوحيد الذي يشيد الحروب والعدوان الهادف المنظم والاغتصاب إلى حدود التشويه والتمثيل في المعتدي عليه وحتى محاولة ايذاء النفس والقضاء عليه بالانتحار ....

كما أن الانسان تفنن وطور أساليب الأذى والعدوان والحروب من أسلحة بسيطة إلى متطورة كأسلحة الدمار الشامل بمختلف أنواعه الملاحظات التاريخية و التتبعية للسلوك الإنساني ..

9- المرأة المتعبة / ما بين لذة السيطرة العاطفية وما بين التعب الأليم :

سميت هذه الظاهرة بمتلازمة التعب النفسي Chronic Fatigue Syndrome

ومن أوائل من تحدثوا عن هذه الحالة النفسية المركبة والعميقة عالمة النفس النمساوية (الامريكية) دويتش Helene Deutsch "، حيث برزت هذه المحللة من خلال اهتماماتها التي تركزت حول فهم مرحلة الامومة ، فبحسب دويتش الشخص الذي يعرض خدماته لمساعدة الاخرين ، فانه يتوقع ان يحصل على ثناء ، و إشادة تشعره بالقوة والسعادة رغم التعب و الارهاق ، الذي قد يتعرض له ثم يشعر بالسيطرة على الاخرين ، من خلال ذلك المجهود العاطفي المقدم لهم ، دوتش فسرت هذه الحالة على انها ماسوشية Masochism اجتماعية. حيث من خلال هذا التفاني بالعطاء تعرض الأم نفسها للتعب والارهاق لخدمة أبنائها ، وبذلك تحقق اللذة والقوة والسيطرة عليهم من خلال تبعيتهم لها في القرار . إذ نجد بعض الأمهات يسيطرن على ابنائهن من خلال تعريض أنفسهن للألم والتضحية والتعب. و هذه الحالة بحسب دويتش ، أن الام التي تتعب جدا مع اطفالها وزوجها ، ومنزلها تستطيع ان تسيطر على العائلة بطريقة لاشعورية من خلال ماسوشية Masochism اجتماعية ، حيث أن الاسرة والزوج و الاطفال سيمجدون هذه التضحيات ، وسوف تسيطر على قوام و مقومات بيتها من خلال تضحياتها تلك .

لكن هذه اللذة التي تعيشها من خلال السيطرة على الاخرين تكون فوق طاقة الأم ، لأنها تعتمد على تسخير وارهاق للنفس التي ستنفذ طاقتها الكامنة قريبا.

من خلال حالات عيادية مختلفة عاينت هذه الظاهرة ، حيث كثرت لاسيما خلال الاحداث المضطربة في بلدنا خلال الفترة الأخيرة الماضية ..

" أم حسان " هو الاسم التي اخترته لتقديم حالة مريضتي والتي هي أم لأربعة اولاد فتاتين وشابين و عمرها لم يتجاوز بعد الأربعين سنة ، وهي ربة

بيت مميزة واجتماعية بامتياز. لكنها منذ اكثر من سنة تشعر بالتعب و الارهاق و الاعياء النفسي. فهي لم تعد تهنئ بالنوم ، ولم تعد قادرة على تقديم اي شيء لأولادها و بيتها، لديها صداع و آلام في الجهة اليسرى من الجسم ، واضطراب في حرارة جسمها. ولديها خوف و شكوك مختلفة حيث مناعتها اصبحت ضعيفة ، فقد أصيبت بالرشح "الانفلونزا عدة مرات خلال هذا الشتاء "ولديها عدوى والحساسية جلدية في مناطق عدة من جسمها. استهلكت الكثير والعديد من الادوية والتحاليل والاشعة الطبية والزيارات المتعددة للعيادات المختلفة والنتيجة هي كانت لا تشخيص واضح لحالتها ، وبذلك أحد الأطباء أرشدها لزيارة عيادتي .

وبعد معاينتي "لام حسان" وجدت أن حالتها تندرج تحت "متلازمة التعب النفسي Chronic Fatigue Syndrome " اذ لديها شكوى وشعور بالتفاني والانهاك لما تقدمه لعائلتها وزوجها غير مهتم ولا يقدر على تقديم شيء لأولاده وانه ومنذ تزوجته كان رهن لإشارات والدتها فقد قضت معه الكثير لقاء حفاظها على بيتها وأطفالها ، شعور الماسوشي ؛(Masochism.

كان مسيطر على كامل حضورها وكلامها وأمثلتها عن تعاملها مع اسرتها وحتى مع أخوتها ، ظلمت بعد وفاة والديها ، وكذلك لديها شعور قديم ان والديها ولاسيما والدتها كانت تميز أخوتها عنها ،

مشكلتها بدت لاشعورية ، وقديمة ، وبالتالي فان العلاج سيكون بالتأكيد متناغما ومتوافقا مع سبب ومنبع المشكلة ..

لو عدنا "لأفكار دويتش" فان التعب والمعاناة القديمين يفترض بأم حسان ان يجعلاها تبتعد عن أن تسيطر على الاخرين من حولها ، بينما يكون تعبيرا منها على رفض الواقع ، و رغبة في الهروب منه ومن التزاماته و متطلبات البيت والزوج والاطفال ، انها عداوة كامنة نحو الواقع المفروض والمرفوض من قبلها ، فقد تزوجت من بن عم لها بدون إذنها ، ولكنها فيما بعد رضيت من كونه متعلم ولديه شهادة عالية ، ولكن معاناتها التي خبرتها معه جعلتها تفتقد حياتها السابقة قبل الزواج رغم بض الشكوى في تعامل والدتها معها ، وقبل ان تقدم تضحياتها الماسوشية لزوجها ، واطفالها كتعويض عن مركزيتها في بيت والديها ، حيث كانت هي البنت الوسطى وتريبها الخامس بين أخواتها ومن بعدها اخت وأخ ، لكنها لا تستطيع الان ان تتوقف او تتخلى عن اسرتها التي تنتمي لها وينتمون لها ! وكحل وسط فان " التعب النفسي سيكون الحل المقبول للذات و للآخرين ومقبول اجتماعيا.

بصورة ابسط، فان "وصال أو أم حسان كما تحب ان تلقب " خلال سنوات زواجها سيطر عليها نمط ماسوشي يقوم بتقديم التضحيات بآلام وتعب لخدمة الاسرة، وقد حصلت على حب وتقدير اسرتها نتيجة تعبها وآلامها وتضحياتها.

اما الان و لأنها لم تعد تقدر على المزيد من التضحيات ، ولأن زوجها حصل على درجة الدكتوراه في الرياضيات تجد نفسها مهملة وتجد نفسها أقل ، انها هي تضحي وهو ينجح و يا خوفها من تعب السنين القادمة ، و لأنها لا تقدر على التخلي عن اسرتها فسيكون الحل ايضا ماسوشياً ، أن يذهب سدىً معه ومع أولادها ، اي ان " التعب النفسي" الذي من خلال الآلام والمعانة سيكون حلا مرة اخرى. انه حل سوف تسيطر على الاسرة من جديد ، ويجعل أسرتها ملتفة حولها ، وسيكون ايضا مقبول من وجة نظر المجتمع وسيعتبر قبل ذلك كله متنفسا لا شعوريا لمكبوتات ترفض الواقع ، وارهاصاته البالغة القدم ، وحلها المرضي هذا سيكون مخرج بنكهة ماسوشية متألمة و لاذّة ..

ان الماسوشية لدى وجدان ستتطور لتكون شكلا ايضا من " النرجسية التدميرية Destructive Narcissistic" التي ستحب الذات ، وستتلذذ بغير وعي بتعذيب الذات لتحصل على رضا و التفات وانتباه من الاخرين . انها لحظة للتلذذ بالمعانة ، وحب النفس المتألمة التي يلتف نحو أنينها و معاناتها المقربون منها .

من خلال متابعتي النفسية العلاجية لها ، كان عليها ان تتعلم ان تحب واقعها وليس رفضه. كانت وذلك من خلال جلسات التداعي الحر وجلسات الاسترخاء النفس حركية التي كنت أجريها لها عندما تأتيني وهي مرهقة من كونها لم تقدر ان تشعر بانها مسترخية بنومها لعدة ايام ..

خلال المتابعة هذه كانت تتحرر من الكثير من المكبوتات و تربية القهر والتفاني التي أنشئت عليها لتبرز نفسها في وسط عائلتها الأولى مع والديها وأخوتها ، حيث كان الأب يفضلها وينتبه لها ، أكثر من الجميع ولكن والدتها كانت جلى اهتمامها لأخوتها الذكور وكذلك لأخواتها وهي لا تهتم لتعبها ولا تحس بها ، كما عبرت عن أن والدتها كانت تشعر باعتداء اخوها الكبير عليها ولم تعر لذلك أي اهتمام ، بل كانت تضغط عليها لذلك أكثر ، فهذه القطيعة مع ماضيها ، باتت اليوم وخلال العلاج تبدي تقدماً ونواة التصالح مع ذلك الواقع التي تسميه مريرا وما تطلبه هو أن تخلص من كل تلك الأفكار . كان هناك مرحلة بعدها كان على " وصال أم حسان " ان تتعلم فيها انها من الممكن ان تحب نفسها ، وتحب اطفالها ، و زوجها دون ان تغوص في الألم بماسوشيتها ، ودون ان تبحث عن السيطرة على افراد اسرتها. حيث أن شكواها المرضية أتت من كون ابنها البكر سافر الأردن بدون موافقتها وفقط أخذ رأي والده ..

ما تم العمل عليه مع هذه السيدة في متابعتي العيادية معها " هو كيفية استبدال قوى المكبوتات اللاشعورية المسيطرة على حياتها بقوى العقل الشعوري الواعي ، الذي أصبحت واعية لها ومتصالحة معها ، وبدأت تعطى فرصة اكبر في ممارسة دور القيادة لزوجها وهي تشاركه ، رحمة بعيش حياة نفسية وشخصية أفضل لجميع أفراد أسرتها ، لتغدو بذلك انسانة ناجحة مع واقعها الجديد واستعادة اعترافها بموقع الزوج العائلي ..

كما تشجعت من خلال المتابعة أن حاولت ان تسجيل فرع في الجامعة ونجحت في ذلك وقدمت موادها للفصل الأول بنجاح ملفت رغم كدرها على سفر ولدها وحتى رغم استنفار أوضاع البلد ، وكل ذلك رغبة أن تقترب من عالم زوجها ، وغالم بناتها الجامعيتين ، حتى لا تشعر زوجها أنها أقل منه ويشفق عليها ، وهنا من الناحية العلاجية اشارة فارقة لانعطافها عن شعور الماسوشية.

دون ان تكون أسيرة فكرة التضحيات والسيطرة اللاشعورية . وقد خف عنها تقريبا ذلك الاعياء واصبحت اكثر حيوية ، واكثر نشاط وحبا لنفسها و حياتها الجديدة المليئة بالفعاليات ..

حتى منها الاغاثية ..

ان تناول حالات الاضطرابات النفسية من منظور السببية التحليلية القائمة على فهم قوة اللاشعور تجعل المتتبع لهذا الاضطراب يشعر بان هناك فوضى في كل مكان من عالم هذا الانسان. لكن علاج اللاشعور يشكل احيانا مفترق طريق لبعض المرضى ممن تتبع مشكلاتهم النفسية من سبب لا واعي وليس من سبب واعي . وفي بلادنا ومن متابعاتي الكثير أقول ما أكثر هذه الحالات ..

10- التوعية الأسرية صمام أمان للصحة العاطفية

– الاهتمام بوضع سياسة للتوعية الأسرية، تشمل الإجراءات التالية:

* تغيير مفاهيم الآباء والأمهات والأسرة بشكل عام حول أسس الاختيار للزوجين، والاتجاه نحو تدعيم فكرة الزواج المتكافئ.

* تغيير المفاهيم المرتبطة بالعلاقات الزوجية، لكي تتوافق مع التغيير الحادث في نمط العلاقة الزوجية التقليدية، والتي يمكن أن تتم من خلال ما يلي:

– توعية الذكور والإناث بأدوارهم الأسرية المستقبلية، ويمكن أن يبدأ ذلك منذ مراحل التعليم الأولى.

– عقد دورات تدريبية وندوات وحلقات نقاش حول الأدوار الأسرية وتباينها بين الزوجين، ومتطلبات تأسيس علاقة زوجية ناجحة.

– دور الزوجين في حل مشكلاتهما:

تعذر الاستمرارية في الحياة الزوجية قد لا يكون بسبب وجود المشكلات الحادة بين الزوجين، ولكن بسبب تجمد الزوجين عندها، وتحجر فكر كل منهما بسببها.

ومن هنا يأتي دور الزوجين في حل مشكلاتهما بأنفسهما ، إذ هناك أسساً لحل المشكلات الزوجية تتمثل في:

– المرونة في التفكير واستخدام المنطق في الحوار، ومن المهم أن يتيح كل منهما للآخر الفرصة للتعبير عن رأيه بصراحة وموضوعية بلا هجوم ولا تجريح، بحيث تستهدف المناقشة معرفة أسباب الخلاف والتغلب عليه بعيداً عن العناد والتكبر الذي يدفع بعضهما للتمسك والتشبث برأيه حتى ولو كان مخطئاً فيه.

–ضبط النفس وكظم الغيظ والتحكم في الانفعالات بحيث لا يصطدمان مع بعضهما بعضاً.

– تحمل المسؤولية الكاملة من جانب أي من الطرفين فيما يتعلق بسلوكياته الخاطئة تجاه الطرف الآخر.

– الترويح عن النفس، فعند الشعور بمرحلة حرجة وخطرة يجب أن يبادر كل منهما بتجميد هذه المشكلات لفترة مرحلية ثم البحث عن وسيلة فعالة ومؤثرة للترويح بطريقة جيدة.

- دور وسائل الإعلام

تلعب وسائل الاتصال المختلفة، سواء المباشرة أو غير المباشرة، من خلال رسائلها الإعلامية، دوراً حيوياً في تنشئة الأسرة التنشئة السليمة التي تضمن استقرارها، وتعمل من خلال شبكة العناصر والمؤثرات الوسيطة، على إحداث التأثير المطلوب بين أفرادها لانتهاج السلوك المقبول حيال أية مشكلات أو نزاعات قد تواجهها.

ولقد خلص الباحثون في مجال الإعلام إلى عدة نتائج حول أثر الإعلام وقوته في الإقناع، من أهمها: أن وسائل الإعلام تعزز القيم الاجتماعية وتدعمها، وتصبح في كثير من الأحيان المصدر الرئيس للمعرفة، كما أن المعلومات الواردة من وسائل الإعلام عادة ما تلعب دوراً أساسياً في صنع قرارات الجماهير حيال القضايا المختلفة.

أما فيما يخص الأسرة كجمهور نوعي من جماهير وسائل الإعلام المختلفة، فقد اتفق الباحثون على أن المواقف التي يعتنقها أفراد الأسرة وأصدقاؤهم تحدد بمقدار كبير قبول المعلومات الواردة عبر وسائل الإعلام أو رفضها .. كما يتجلى تأثير وسائل الإعلام بصورة واضحة في تكوين الآراء لديهم حول المواضيع التي لا يعرفون عنها إلا القليل، وبهذا فإن وسائل الإعلام تقل فعاليتها في تغيير الآراء الموجودة فعلاً عند الأفراد.

الفصـل الخامـس : الصحـــة العاطفيـــة عبـــر المدرســـة

1- التّنشئــــة المنهجيــــة والصّحــــة النمائيــــة

مما يجب الانتباه إليه في تربية النّاشئة منذ الطّفولة أن يتمسكوا بوجهات نظر واحدة ، وبمبادئ واحدة ، وأن يروا الرّابطة الصّحيحة بين المثل العليا والأفعال اليّومية وأن يشعروا بالاقتران بين مثل المجتمع وأهدافه ، وبين أحلامهم وخططهم الخاصة لمواجهة مستقبلهم . ففي غالب الأحيان نجد الكثير من الوالدين لا يعترفون بقيمة إي جهد يبذله الأبناء ، إلاّ إذا كان في التّفوق الدّراسي ، ومن الوالدين من يكون موقفه من انشغال الشّباب بهواياتهم ، والرفض الذي لا يقف عند حدود اختلاف وجهات النّظر ، وإنما يتعداه إلى حرمان الشّباب من الوقت والمال والجّهد الذي يلزمهم من أجل إثبات هويتهم الجّنسية وتحقيق شيء منها ، فيشعر الشّباب عندها بأنه غريب في أسرته ، ومختلف عن أفرادها .

تعد التّنشئة المنهجية التي تعد الطّفل للمستقبل، بكل تحدياته من أهم الجوانب التي تساهم في تحقيق الذّكاء العاطفي ومن ثم الصّحة العاطفية، لأن الصّحة العاطفية تعتبر أن الصّحة النّمائية من أولوياتها، حيث أن بناء القدرات المعرفية عند الطّفل، وترسيخ ثقافة الإنجاز والجّهد المنتج ، وبناء صورة الذّات المنتجة الفاعلة المبادرة المنفتحة على تغيرات الحياة المتسارعة و تحدياتها، فالصّحة النّفسية النّمائية هي المحصلة لنتاج الحياة المليئة ، التي تسمح بأن يكونوا وأن يصيروا، وما المتعة والتّسلية سوى مُكوِّن واحد من مكوناتها. وكل طفل مدفوع بدافع فطري، لأن يعرف من هو، وما هي أسرار العالم من حوله ، من أين أتى ولماذا ظواهر الطّبيعة لأن الطّفل لديه فضول كبير للمعرفة والدّافع لذلك هو سيطرته من خلال المعرفة على المحيط الذي يعيش فيه مما يحقق له الاستقرار والطّمأنينة، ولما كان التّعلم يعطي القوة للأطفال والأمان. فنجد أن الأسر الغنية بثقافتها ، يتاح لأطفالها منذ البداية ، نظام نشط من التواصل والتفاعل الذي لا ينمّي اللغة فحسب ، بل ينمي القدرات المعرفية، في الوقت نفسه هذه المعرفة هي التي تمكنه من السّيطرة على واقعه ، لأنهم بذلك يعملون على دفع فضوله للمعرفة ، والتعبير الكلامي الطلق عن كل ما يشعرون به ، ومن المثبت علمياً و

واقعياً ، أن غنى التّجربة التّواصلية اللغوية الثّقافية يعقب نمو الذّكاء و النّجاح التّحصيلي. ومن الأفكار التي يجب أن يسلّط عليها الضّوء في برامج التّعلم :

– الاهتمام بنوعية الألعاب التربوية، التي لها قيمة كبرى في تنمية أسس التفكير المنطقي الحسابي، وعلاقات الأشياء .

– كما أن للرسم والتلوين أهمية خاصة بالنسبة لنمو تعبيرات الطفل العفوية ، لأن الرسم انجاز و شغل على الأزمات النفسية، كما لا يخفى ما للرسم من قيمة تفريغية .

– التّعامل مع الطّفل و تعليمه يفترض أن يكون مبنياً على نمو المنطق والتّفكير المنطقي من خلال التوضيح والتوعية، وتبيان المقدمات والنتائج لمختلف التصرفات، وذلك ضمن جو من الهدوء الانفعالي المصاحب بالاستماع إليه وتشجيعه على التعبير عن ذاته ومواقفه و مشاعره.

ولا شك أن الطّفل الذي يعيش في حالة من تفتح إمكاناته ، بدون أزمات نفسية كبرى معيقة ، هو ما يجعله جاهزاً لدخول حلبة التّمدرس و النجاح فيها ، طالما أن القدرات الذّهنية والحيوية متوفرة للتّوظيف في أنشطة بناءة تحقق له النجاح ، الذي يعزز بدوره صحته النّفسية. أما تنشئة الطّفل في جو من العّنف ، والكبت والإحساس بالتّهديد . فيتسبب للطفل بتعلم أساليب تمكنه من عدم التأثر أو لا التألم ، وتلك هي آلية حيوية لمجابهة انعدام الطّمأنينة ، هذه الظّاهرة تسمى /آلية جلد التمساح/.

المتمثلة بكبت الخبرة الوجدانية من جهة ، والهروب من مواجهتها من جهة أخرى ، كما يتعلم الطّفل أن العلاقات و التفاعلات تخضع لقانون القّوة ، سيما الجسدية منها التي يدركها الأطفال جيداً في هذا العمر . ولا شك أن وصول الطفل لهذه الحالة ، تُلقي به في دوامة الوهم الاجتماعي والتباعد والغربة عن المحيط ، وكل ذلك يبعده أيضاً عن التّحصيل في التّعلم ، وتجعل إنجازه المعرفي متدني. وهناك فئة من الأطفال تسمى فئة (الضبط المفرط) إذ يمثلون فئة الأطفال الصّامتين غير المتفاعلين ، مثل هؤلاء الأطفال يظلموا في جو المدرسي الاعتيادي ويهملوا في مرات أخرى ، يُجروا قسراً إلى الاستجابة والتّفاعل . كما أن الذّهن يحتاج كي يعمل لحدّ كاف من التّوتر والهدوء الانفعالي الدّاخلي اللذان يعملان ، كما يقول : (جولمان) (يداً بيد) فالانفعال المعتدل والموجه يوفر الدّافعية للنشاط المعرفي والسّلوكي ، ويضفي تلك الصّيغة المعروفة من الرّغبة في الانجاز وتحقيق النّجاح.

وفي غالب الأحيان نجد الكثير من الوالدين ، لا يعترفون بقيمة أي جهد يبذله الأبناء ، إلاّ إذا كان عبر التّفوق الدراسي ، ومن الوالدين من يكون موقفه

الرفض ، من انشغال الشّباب بهواياتهم ، هذا الرفض الذي لا يقف عند حدود اختلاف وجهات النظر ، وإنما يتعداه إلى حرمان الشّباب من الوقت والمال والجّهد ، الذي يلزمهم من أجل إثبات هويتهم الجّنسية وتحقيق شيء منها ، فيشعر عندها بأنه غريب في أسرته ، ومختلف عن أفرادها .

2- ردود الفعـــل الدفاعيـــة على مقاعـــــد الدراســـــــة

و من أبرز ردود الفعل الدّفاعية ، التي يبديها مثل هؤلاء الأطفال على مقاعد الدّراسة .

1. الاكتئاب: نتيجة شعور الطّفل بالغضب ، نتيجة تكرار الفشل الدّراسي وصعوباته التّفاعلية ، مع الرّفاق و إحساسه بانعدام الكفاءة .
2. النّكوص: حيث بنجد هؤلاء الأطفال يتراجعون إلى سلوكيات ، وأوضاع طفلية تظهر على شكل بوال و ميول فمية ، تتجلى في المص و الشّهية الفموية.
3. شكاوى جسمانية : كأوجاع في المعدة والرّأس، حيث لا تظهر مثل هذه الأعراض ، إلا خلال الدّوام المدرسي ، بينما تزول مثلاً في العطل ....
4. التّهريج : قد نجد بعض الأطفال يتهربون من قلق الفشل ، وما يحمله من أذى لصورة الذّات و تدني قيمتها، من خلال القيام بسلوكيات تهريج ملفتة للنظر ، و تثير الفوضى في جو الصّف ، إدراكاً من هؤلاء الأطفال أن هذا السّلوك ، يكسبهم بعض الشّعبية بين الرفاق ، وأحياناً يتصرف مثل هؤلاء الأطفال بصورة معاكسة من رد الفعل ، كالنّشاط الزّائد و الاندفاع ، بحيث نجد الطّفل يقبل عليها عفوياً، كي يتجنب مُجابهة معاناته الذّاتية، فهو يهرب من هذا السّلوك العشوائي الذي يصل حداً عدوانياً نزوياً، من قلقه وانعدام الطّمأنينة .

- وتفسير ذلك بأن كبت الخبرات الوجدانية، هو الأساس لعدم قدرة هؤلاء الأطفال على ترميز المشاعر والعواطف والأحاسيس بالكلام.

كما هو حال الأطفال المنفتحين ، الذين يحظون بالرعاية ، ويجذبون نظر الكبار للاهتمام بهم، فنجد هؤلاء الأطفال بدلاً من تعبيرهم الانفعالي بالرسم والقصص ، ومختلف ألوان الحوار المتفهم والمتعاطف ، نجدهم يتوجهون إلى التعبير الحركي /باللغة الحركية/ فتكثر الشّجارات لديهم نتيجة المجابهات ، والميل لألعاب الحرب والمعارك. ولا شك أن هذا التّعبير الحركي العنيف ، ينتج عنه قصور في التّعبير اللغوي المعرفي للخبرات الذّاتية، مما يؤدي للقصور الذهني ، ولكن بالطرف المقابل ينتج نمو متقدم ، وبديل للغة . كما يبدو السّلوك الحركي هو لسان حالهم ، وهذا التّأخر في التّعبير اللغوي ، يؤدي إلى إعاقة تحصيلية ، وبالمقابل تتعزز اللغة الحركية المناقضة للغة اللفظية ، التي ترّمز الخبرات الوجدانية والوجودية من خلال الشّارع وأنشطته.

هذا النمو للذكاء الجّسدي الحركي ، لا يوفر فرص التّكيف في عالم الدّراسة ، بل يكاد يُشكل حالة غربة فعلية عنها . وحالة الغربة هذه تتعزز من خلال نوعية اللغة السّائدة في التّواصل مع الأسرة .

وتبقى هذه اللغة هي لغة انفعالية بالأساس وقمعية، تفرض قانون الإخضاع لقوة الأب الجّسدية ، ومن ثم لقوة الأخوة الأكبر سناً.

فمستقبل هذه الحالة من الإعاقة التحصيلية ، إذا استمرت بنفس الشّدّة لوقت طويل ، يسبب حدوث إعاقة أخرى (اجتماعية) لأن مثل هؤلاء الأطفال ، لم يستطيعوا تعلم الخبرات الحياتية وأنماط التّعايش، وبالتّالي القدرات المعرفية ، لديهم تظل في حدود دنيا لم تتحفز وتنمو ، لأن أساليب التّفاعل التي تعلمها الطّفل ابتداءً من ،،آلية جلد التّمساح ،، ونمو اللغة الجّسمية الحركية إلى عدم تحمل الطّفل للنّظام المدرسي ومتطلباته من تركيز و مثابرة واستقرار . ولأن مثل هذا الطّفل بحاجة لأن يهرب من ذاته ، ومواجهتها بالحركة ، والبحث عن النّشاط الجّسدي والإثارة، لذا هو يتبرم ويضيق ذرعاً بوضعيته الصّفية فيميل إلى الحركة ، و تشتت الانتباه أو الشّرود و الهروب في الخيال ومغامراته ، إنه يظل غريباً في الصف نظراً لكون خبراته الحياتية ، لا تتوافق مع جو الانضباط والتركيز. فإذا كان فكر المربي محدوداً ، فإنه سيكون ذكاء الطّفل بصورة آلية محدوداً ، إذ يغدو عاجزاً عن تصور الحياة في كليتها ، وتحقيق هدف التّربية الحديثة المتمثل بنمو الذّكاء المندمج في رؤية عامة للعالم ،. ففي حال كان المربون محدودين ، فإنهم ينقلون فقط المعلومات من الكتب ، ولكنهم لا ينقلون الذّكاء ، كما لا ينقلون الحب على وجه الخصوص ، الذي هو عماد التّربية ووظيفتها العامة في أي مجتمع ، من كون النظام التربوي يمنع الأحكام المسبقة ، من خلال : الشعارات الداخلية والجمود الذهني والعاطفي والمخاوف ، التي تمنع الطفل من أن تحقق التّربية أهدافها إلى الفرح والذكاء العاطفي الموصل للصحة العاطفية .

كذلك إن من أهداف التّربية المعاصرة ، أنها تقود إلى تقليص الإمكانات الموصلة إلى المرض والاختناق . فلما كان الأطفال يحتاجون للتّدريب على وضع المعلومات معاً، واستنتاج النتائج ، وإدراك التّنبؤات، وهذا هو أساس التّفكير العلمي ، كما أن الأطفال الذين يعتمدون بصورة عميقة على الرؤية ، واللمس والقيام بالتّعلم ، مثلاً : إن الأطفال الذين يحبون اللعب بالماء ، ويستمتعون أيضاً بتجميع الأشياء ، ومن ثم المحاولة والتّخمين ما الذي سيغوص ، وما الأشياء التي سوف تطفو .

3- الأعــراض صعوبــات التعلـــم الانفعاليـــة والاجتماعيـــة

دراسة (كولبرستون وادموندز،1996) أوضحت بأن أعراض صعوبات التّعلم الاجتماعية الانفعالية تتميز بما يلي :

العزلة الاجتماعية والرّفض من قبل الرفاق ، وقصور القابلية على الانخراط في اللعب التّعاوني ، والفشل في التجارب مع معايير الرفاق ، وكذلك تعبيرهم العاطفي غير سوي ، ولديهم صعوبة تفهم معنى الانفعالات وقراءاتها ، كما نجد لديهم فقر في التّواصل البصري، وقصور في التّعبير الدلالي ويظهر لديهم أنواع من اللعب الوسواسي ، وضعف في التّكييف مع المواقف الجديدة، وقلة القدرة على الاستماع ، والتّمتع بروح الدّعابة ، كما يظهر لديهم فقر بالتّآزر الحركي ، ويتضح مما سبق أن هذه المشكلة التّعليمية ليست صعوبة جزئية بل هي حالة معممة تتطلب مقاربتها ببرامج تعليمية خاصة.

4- الثّواب والعقاب في المدرسة ، وأثره على الصّحة العاطفية

من الممارسات الخاطئة في البيئة التّعليمية ، أمور مختلفة حول كيفية تقديم المعززات للمتعلم(بالإيجاب أو السلب). وهنا أجد ضرورة في تسليط الضوء على بعض الأفكار، التي يجب أن تراعى عند تقديم المعززات من مثل :

1) لا بد أن يسبق المعزز الإيجابي المعزز السّلبي بمعنى ، الثواب أولاً ، لبث الثّقة بالتلاميذ وتوضيح الأمور لهم قبل معاقبتهم.

2) أن يكون المعزز (السّلبي أو الإيجابي) على قدر سلوك التّلميذ ، لا أن يكون العقاب مؤذي ومدمر لنفسية الطّفل ، ولا يكون التّشجيع يبث في نفسه الغرور ويفقده استمرار الدّافعية لتلقي المزيد من المشجعات والمكافآت.

3) الثّواب أو العقاب (المعززات) لا بد أن تحصل بعد حدوث السّلوك فوراً ، وإعلام الطفل بالسلوك البديل، إذا عوقب على سلوك غير مقبول . وهذا هو مبدأ التّغذية الراجعة الأسلوب الأهم في التّعليم و المتمثلة : (بالإثناء على السّلوك الصحيح وتصحيح السّلوك الخاطئ).

4) التّنويع في أساليب الثّواب ، والعقاب ضرورة ، لا بد منها لأن الاستمرار في تقديم المكافأة للطّفل بنوع واحد من المعززات ، قد يستنفذ هذا المعزز معناه ولا يحصل من تقديمه له على طعم الإثابة، فمثلاً معاقبة الطّفل بالمال ، كما الاستمرار في مكافأته مثلاً بقطع الشوكولا ، لا يؤذي صحته ويجعله غير ملتزم بالسّلوكات الصّحيحة اللازمة.

5) في حال عقاب الطّفل ، يجب أن لا يتم إرضائه مباشرةً بعد ذلك ، مع الانتباه أن لا يعود في المقابل إلى منزله معاقباً حزيناً ، فينتابه شعور الكره والرّفض للمدرسة والمعلم ، وغير ذلك من المؤثرات التّربوية .

وكل مل تقدم يوضح لنا أن تربية الأطفال وتنشئتهم هي عملية دقيقة ، تقوم على فهم ما وراء السّلوك لتوجيهه الوجهة السّليمة .

5- تنميـــة الذّكـــاء العاطفـــي عبـــر المدرســـة

المسألة الأساس الواجب الانتباه إليها في تنمية الصّحة العاطفية أو الذّكاء

العاطفي للأطفال ، هو تعليمهم معرفة أحاسيسهم الخاصة ، وتنمية مقدرتهم اللغوية للتعبير عنها . وهذا لا يعني فقط وصفاً للحالة التي يعيشها بعبارات مختصرة كونه غاضب أو حزين ، وإنما كلما علّمنا الطّفل التحديد ، في وصف مشاعر غضبه أو ضيقه ، تنمو عند الطّفل الأهمية اللازمة ، للتعامل مع مثل هذه المشاعر السّلبية ، وهذا الأسلوب في التربية قدرة كبيرة عند الطّفل ، لأنه يعلمه كيف يستطيع العيش بصدق وارتياح مع نفسه ، بحيث لا يخفي مشاعره الحقيقية . حيث أن تعليم الصّغير كيفية التّعبير عن مشاعره، يجعله في الحقيقة يتعلم كيف يتحمل مسؤوليته عن حاجاته العاطفية ، حيث تعليمنا للطّفل كيفية التّعرف على حقيقة عواطفه، ومن ثم يعبر عنها بكلمات ، فذلك يمكّنه من امتلاك القدرة الذّاتية للتّعامل مع نفسه وحياته ، وكلما ترافق أسلوبنا هذا مع احترامنا المشاعر الطّفل ، وتعليمه احترام مشاعر الآخرين ، فهذا يمكن أن يبشر بمستقبل أفضل ، تُحل فيه المشكلات والعداوات بأسلوب وديّ بعيد عن العنف والتّسلط.

حيث أن من أهم صفات الذّكاء العاطفي ، القدرة على التّعاطف مع الآخرين ، والشّعور بمشاعرهم و أحاسيسهم ، ومن المعلوم لدى الدّارسين النّفسانيين أن الطّفل و بشكل فطري ، يميل للتّعاطف، و بفطريته كذلك يميل لاكتساب الأصدقاء وليس الخصوم ، ومعلوم أن اكتساب الصّداقات ، لا يكون إلا من خلال اكتشاف العوامل المشتركة معهم. وتنمية هذا الأمر واجب على المعلمين ، وذلك من خلال أساليب خاصة ، تدرج في كلامهم و كذلك في مفردات المناهج ، التي يتلقاها الطّفل .

- **ومن هذه المفردات الواجب إدراجها في المناهج :**

1. مساعدة الطّفل على تعلم المفردات العاطفية والكلمات المعبرة عنها.
2. مساعدة الطّفل على الشّعور برعاية المعلم ، بدل من شعوره بسيطرته عليه.
3. تدريب الطّفل على معرفة الحالات العاطفية المختلفة وتمييزها عن غيرها.
4. إدراك المعلم لعواطفه هو ومخاوفه الذّاتية.
5. سعي المعلم لامتلاك أسباب عواطفه ، وعدم لوم الطلاب على هذه العواطف.
6. سعي المعلم التّعرف ، على حاجاته العاطفية غير المتحققة ، وعدم تلبيتها على حساب الطلاب.
7. معرفة المعلمين بنمو الأطفال العاطفي.

وهنا يطرح سؤال هام للغاية للكثيرين أيهما أهم (المعلومات أم المشاعر).

ليس المقصود من الحديث السّابق بكل تأكيد ، التّقليل من أهمية المعلومات ، و لكن المقصود وضع هذه المعلومات في إطار وسياق مريح للطّفل ، ويسهل تخزينها

ولذا يجب دائماً التّنويه للمعلمين ، أن تقدم المعلومات مهما كان الثّمن العاطفي المقدم ، ودون المراعاة لعواطف الطّلبة ومشاعرهم ، وهنا ننوه أيضاً بضرورة تدريب المعلمين ، على الإحاطة بطرق وحل الأزمات والمواقف الصّعبة ، وليس مجرد توجيههم إلى طرق معاقبة الطّفل أو طرده من المدرسة.

ومما لا شك فيه أن تأثير المعلم على الطّفل ، ليس فقط مجرد نقل المعلومات ، التي يحفظها أو يحضرها قبل التقائه بطلابه ، وإنما يؤثر على الطلاب بشكل ما من خلال يعتقد ويقتنع به في حياته الخاصة ، وما يحمله من عواطف ومشاعره تجاههم .

حيث أ ن الجو التّعليمي مطالب اليوم أن يشبع عند الطلاب حاجات النّمو المعرفي حكماً مضافاً إليها حاجات النمو العاطفي ، فكلما كان دور المعلم كبيراً في التّحفيز والتّشجيع للطلاب على التّعلم الذّاتي يصبح دوره توجيهياً أكثر منه تلقينياً .



6- المـــدارس النّموذجيـــــة أو المـــدارس الذكيـــــة

هذه المدارس فمن أولى أهدافها أنها تسعى لتنمية روح الطلاب، وعاطفتهم بالقدر التي تُعنى بذكائهم المعرفي المتصل بالمعلومات العامة، في المواد التخصصية في الحساب واللغة والجغرافيا والتاريخ ...... وهذا يكون عبر أنشطتها وفعالياتها المختلفة كالألعاب الجماعية الاستكشافية، ورحلاتها العلمية، وأعمالها الأسبوعية المنزلية التي يقدمها الطالب للمدرسة، وهي مدعاة للتنافس بين الطلبة وكذلك المسابقات والحفلات الترفيهية التنكرية.

في المدرسة النموذجية اليوم مطروح عليها تنمية عواطف الطلاب، أي تدريبهم على التفكير في أسباب ما يحدث لهم في الصف وخارجه، وبهذا الأسلوب يصبح الطلاب قادرين على تحليل سلوكهم المسبب للمشاكل، وبذلك يكون فهم هذا السلوك فرصته للتعلم من الأخطاء والتجارب اليومية.

- **المواصفات البيئية للمدرسة الذكية المشجعة على التعلم**

يؤكدون الكثيرون من التربويين على أنه لابد من توافر عدة مقومات ليكون الجو الذي يعيشه الأطفال محفزاً لهم على التفكير و الاستنتاج، وكذلك على الابتكار، يعملون كل ذلك وهم مستمتعين ومن هذه المقومات نذكر:

1. الجو الآمن في البيئة التعليمية و المدرسية.

– المقصود بالجو الآمن خلوه من العقاب الجسدي، أو التهديد بهذا العقاب حتى لو لم يستخدم، كما يقتضي الجو الآمن المهيأ للطالب على إبداء رأيه في كل الأمور، وتدريبه على تقبل الانتقاد والملاحظات، دون أن يلامس هذا الانتقاد شخصياتهم وينتهكها بالإذلال والسخرية على ما يقومون به.

– الاحترام المتبادل بين الطلبة والمعلمين في كافة اتجاهاتهم الروحية الخاصة و كذلك احترام حاجاتهم النفسية والجسدية، حيث عندما يتقبل المعلم عذر أحد الطلاب بأنه متعب لا يستطيع المشاركة، يعطي هذا الطفل شعور بتفهم مشاعر المعلم وجهده عندما يُرَهق في تعليم الأطفال موضوع طويل ومهارة معقدة.

– الجو الآمن في البيئة المدرسية تراعي الفروقات الفردية في الميول والقدرات بين الطلبة، حيث لكل طالب حاجات وإمكانات ومواهب وطموحات تختلف فيما بينها، ولكن المدرسة الذكية تحرّض هذه الطاقات والمواهب وتطالب بمستوى يقدّر عليه جميع المنتسبين إليها فالمتفوقين توليهم الرعاية والمكافآت ليستمروا في التفوق، كما تساهم في التحريض على الأفكار الجديدة، والمواضيع الجادة التي من المهم إحاطتهم بها.

– توفر بيئة عملية مناسبة غير تقليدية في مواجهة المواقف المتعلقة بالطلبة وتهتم بالعلاقة المرنة بين الطلبة فيما بينهم وبين معلميهم أيضاً.

- **الممارسات المؤثرة في المدرسة على نمو الذكاء العاطفي :**

من الممارسات المعيقة للنمو العاطفي :

1. توبيخ الطلبة و إذلالهم من خلال الكلام الجارح وحتى من خلال نبرة الصوت..
2. من خلال الكلمات الودودة و الحديث اللطيف و الجاد.
3. اتخاذ القرارات نيابة عن الطلبة.
4. إشراكهم في اتخاذ القرارات.
5. التدخل في خصوصيات الطلبة.
6. التدخل فقط بالأمور الكبيرة المعيقة للطلبة.
7. الرغبة في السيطرة على الطلبة من قبل المعلمين. .
8. المشاركة بدلاً من السيطرة .

1. غياب الجو الآمن و المرح أثناء العملية التعليمية
2. تناول الطلبة للمواضيع التي تشغلهم في جو مريح .....
3. عدم الانتباه للمشاعر عند الطلبة من حيث تعبهم وإرهاقهم.
4. مراعاة مشاعر الطلبة العاطفية لا سيما في تناول المواضيع وأوقاتها.
5. حصر الأنشطة التعليمية بالمعلم فقط.
6. مشاركة الطلبة الأنشطة والفعاليات المدرسية.

وأخيراً نخلص إلى حصر ما يفترض أن تقدمه المدرسة الذكية للطلبة غير المعلومات العلمية التي لا شك أن لها أولوية أيضاً ونذكر من ذلك:

1. معرفة تعليم الطلبة أنفسهم من خلال تدريبهم على الوعي بمطالبهم العاطفية من خلال التعبير عنها.

2. تنمية الثقة بالنفس من خلال تقدير كل عمل أو تصرف يقوم فيه الطالب يعود بالنفع عليه، وعلى الآخرين .

3. تعليم الطلبة إدارة أنفسهم من خلال تدريبهم على سرعة التّكيف وهذا يتم من خلال الأنشطة الديناميكية وجو المدرسة العملي غير المتشدد.

4. بث التفاؤل في نفس الطلبة عند الأقدام على العمل.

5. إعطائهم روح المبادرة بشكل دائم ليجربوا في كل ما يعرض عليهم .

إن مهنة التعليم تمد المرآة المعلمة بسبب قوى التنفيس عن نفسها ، بالحيوية والنشاط ، لأنها تناشد فيها غريزتي الأمومة و الحماية، كما تمهد لها السّبيل لإظهار قدرتها على الابتكار ، وبراعتها في الأعمال العقلية الإنشائية.

بالمقابل في هذه المهنة نجد أن هناك بعض المعلمات بحكم وظيفتهن ، يقمن بمد شخصيتهن لتطغى على التلامذة ، ويظهر ذلك في حبّ السّيطرة والاستبداد ، على التلاميذ ، وهذا السّلوك يُفسر من أن التّنفيس المباشر للغرائز أيسر على المرء ، من التّسامي بها ، فالمعلمة في المعتاد تحيا ، حياة فردية من حيث التفاعل الاجتماعي ، بحكم علاقاتها الاجتماعية المحدودة على نطاق العمل ، فهي تتفاعل مع أشخاص من وجهتين غير متكافئتين ، وبذلك تتوقف طاقتها الحيوية عن التفريغ والانصراف في أحد المجريين ، وتتوقف في مجرى واحد بقوى عظيمة ، في المقابل قد تظهر سيطرة في جانب آخر ، وعلى صورة همجية في مرات كثيرة ، لأن طاقتها هذه غير مضبوطة وتتحكم بها غريزتها ، وكما يلاحظ من مراقبات عيادية ، أن التّسامي بالغرائز عند الذّكور المنشغلين بالصّناعة أو الوظائف الكتابية ، أيسر منه عند المرأة غير المتزوجة ، هو أيسر لأن المهنة لا تتطلب من الرّجل ، أن يحيا حياة فردية ، وبذلك ونجد الكثير من الرّجال يبذلون مزيداً من الجّهد للدّفع بنشاطهم الحيوي ، للتّغيير من روتين

العمل اليّومي الممل ، إلى ملذات البيت ، بما فيه من تفريج عن الهموم . (هنري فورد) يعرض حقائق مدهشة عن موقف الصّانع إزاء عمله الممل وفورد يقول: أن أنصار الإصلاح الاجتماعي، ومحبي الإنسانية في صيحتهم في وجه الملل القاتل الذي ينجم من حياة المصانع ، إنما ينسبون إلى العّامل بغضهم هم أنفسهم ، لمثل هذا الملل (فهنري فورد) يرى أن الأغلبية الساحقة من الناس تؤيد العمل الآلي المتشابه الذي لا يدعو إلى أطلاق العنان للفكر والابتكار على غيره من الأعمال . الذي على المدرسة الذّكية أن يكون همها ، متمثل بتحضير طرائق التّفكير المبدع الخلاق .

الفصل الســادس: الصحـة العاطفيـة من خـلال التنشئـة الاجتماعيـة

1- مظاهــر الصحــة النفسيــة الاجتماعيــــة

تنمو مشاعر الطفل تجاه نفسه ، وتجاه الآخرين داخل أسرته بداية ، وكذلك كيفية رؤيته لتلك المشاعر وردود أفعاله والتّعبير عن آماله ومخاوفه.

إن ذلك التّعلم داخل الأسرة ، يحدث من خلال تلقين الآباء لأبنائهم المواعظ الأخلاقية ، ومن خلال سلوكهم الفعلي ، لكن ما يؤثر فعلياً في بنائهم العاطفي هو طريقة تعبير الآباء عن مشاعرهم الشّخصية ، وتفاعلاتهم المتبادلة مع بعضهم البعض ، فبعض الآباء ينجحوا كمعلمين لمشاعر أبنائهم ، بينما يفشل البعض الآخر، كأن يدربون أبنائهم على انفعالات ومشاعر الآخرين وتقديرها ، أو يعملون على مشاركتهم في مواقف التّعاطف مع الضّعفاء فيكتسبوا مهارة التّعاطف مع الآخرين من خلال نموذج الوالدين. وهذا الحس الاجتماعي والوّعي به يشكّل دعامة أساسية للمجتمع، مما يمنحه الخصوصية ويضمن تواصله المعرفي مع العالم الخّارجي ، والثّقافات الغريبة عنه يأخذ منها و يعطيها. وهناك من يحذر اليوم من الغزو الثّقافي على بلادنا وثقافتنا العّربية الإسلامية ، من حيث اجتياحه لها من كونه يغير في البنى الاجتماعية والمعرفية السّائدة فيها .

يتمثل هذا الجانب بالتنشئة الاجتماعية للشخص في الأسرة والمدرسة والمجتمع ، والمعايير الاجتماعية ، والاتجاهات ، والقيادة والتبعية ، والعلاقات الاجتماعية بالآخرين .

وبالتالي قإن اضطراب الصلات الاجتماعية والعلاقات الإنسانية مرهون في المقام الأول بعدم النضج الاجتماعي الذي يؤدي بالشخص الراشد إلى سلوك طفولي ، وبالتالي لا يتمتع بالصحة النفسية.

ولكن يمكن القول هنا أن العّولمة الثّقافية ، كما تسمى اليّوم أو الغزو الثّقافي ، كما كان يسمى من قبل ، لن تؤثر سلباً في بناء الفرد ، إلّا بحسب النّظرة لهذه الثّقافة والاتجاه المتخذ حيالها ، وبالتأكيد التّنشئة الاجتماعية والثّقافية للناشئة ، معنيّة بزرع الهوية الاجتماعية والفكرية خلاصة روح المجتمع الذي نعيش به ، وبالتّالي هي التي تضمن الانتماء لداخل الطّفل . وإن أكثر ما يميز إنسان

المجتمع الحديث اليّوم التّشتت التي يجابهه بسبب كثرة المثيرات التي لا حصر لها ، التي نتلقاها كل يوم في حياتنا اليّومية والتي أفرزتها حياة التّكنولوجيا. وهذا الكم من ثقافة الاستهلاك ينعكس على الحياة الاجتماعية ، ويضفي عليها مظاهر من التّصنع والتّظاهر، تطبع اهتمامات النّاس ونتاجاتهم الثقافية ، خصوصاً عن هذه المثيرات التي أتت على الحياة الاجتماعية ، بدون مقدمات منسجمة متسلسلة ، بل أقحمت بها إقحاماً وأصبح الفرد حيالها ضعيفاً ، لا يقدر على منعها كونها تضعه في لعبة إغرائية كبيرة ، تجعله يفكر بأنه: إما أن يتمسك بهذه الاغراءا ت ، و إما سعادته ورفاهيته تنقص ، وهذا التّحدي لمقاومة هذه المثيرات يجعل الأشخاص محكومين بانصياع حياتي لا يمكن التّعايش معه ، ولا يتم حسمه إلّا بالارتقاء المعرفي ، و بالمصارحة الاجتماعية ، التي تبدأ من الأسرة من خلال الشّرّح للطّفل ، ما هو مناسب له ولأسرته في فترة ، وغير مناسب لهم في فترة أخرى . وهذه الحماية على المجتمع أن يؤطرها كي لا يصبح الفرد في معركة جذب ورد ، ولكن نجد أن ما يميز ثقافتنا عن الثّقافة الغربية ، هو غموضها و عدم صراحتها ، حيث أن العيش ضمن المُسلّمات والأعراف، هو السّائد في الثّقافة العربية اليّوم، وهذا بالتّأكيد يضعف هذه الثّقافة ، ويجعل من يمتلكها هشاً وقابل للتّقهقر أمام أي مدّ فكري ، مهما كان هذا المدّ مفتقداً لأسباب السّيطرة ، وهذا ما نجده اليّوم من كون مدّ الثّقافة الغّربية ، تواجهنا كل يوم بكمٍّ من المثيرات الصّناعية والأفكار دون استئذان ، ذلك لأنها ثقافة صريحة صارخة وهذا ما يجعلها أكثر امتداداً وتأثيراً على سلوك الأفراد . وفي خضم هذه المعطيات الجّديدة للثّقافة التي تطفي عليها مفاهيم الاستهلاك والأخلاق النّفعية، فإن المشكلة تكمن في أن الشّخص الأخلاقي اليّوم الملتزم بالضّوابط والمبادئ ، يدفع ثمنا باهظاً بأشكال مختلفة ، وهذه مسألة غاية في الأهمية. من هنا يجب أن يؤسس لثقافة التّنشئة الاجتماعية في أي بلد وذلك بغية خلق بنية إنسانية جيدة تكون دعامة للوجود الإنساني الحقيقي ، حيث أن كل شعب معني بحصر المؤثرات الأقوى في تاريخه ، التي تميزه عن بقية الشّعوب والتي تعطيه الصّيغة الخاصة التي ينفرد بها ، قبل أن ينصهر بالآخر البّعيد القادم إليه بدون استئذان. وفي ثقافتنا العربية ، يأتي الدّين من أهم المؤثرات ، التي يجب الاعتناء بها ، من حيث أنه يبعد الأفراد عن النّوازع الغريزية المدمرة أحيانا للنّاشئة ، ويحررهم من التأويلات النّفعية التي يسوغها البعض ، بأنها سلوكيات جديدة تحمل مفاهيم أخلاقية ، تأتي بالخير على الفرد في حال تمثّلها . والدّين وحسب التّعاليم الرّوحية له يسعى لتربية وجدان الأفراد ، ويدفعهم إلى التّكافل والتّسامح والأمانة في سلوكهم الحياتي ، مع من يتعامل معهم ويدفعهم للعمل الشّريف و الجّدية ، وهذه السّلوكيات هي السّلوكيات الخاصة بالتّنشئة ، لأنه بدون هذه الضّوابط و الأخلاقيات العامة ، لا يمكن أن تنتظم حيات الأفراد ، ومعرفة أدوارهم في المجتمع . وكذلك التزامهم بالتّوجيهات العامة المكّرسة بثقافتهم الشّعبية، هذه الضّوابط منشأها الأسرة ، خلية المجتمع الأولى التي منها يبدأ النّمو الاجتماعي ، ويتأسس من خلالها السلوك الاجتماعي السّليم فيما بعد .

إن تأثير الأسرة على الأفراد يكون واضحا وكبيراً ، من حيث التّواصل المتضمن لكل الشّروط ، والتّوضيحات والإصغاء والحوار، التي تشكل دعامة أي تواصل . وبذلك فكلما يكون التّواصل ، كبيراً ومفتوحاً ومتنوعاً ، تكون الفوائد أشمل والنّواة الاجتماعية أيسر . ولما كان التّواصل بين الطّفل وأمه جسدياً ، بسبب ظروف الحمل والولادة والرعاية الأولى ، فعلى الآباء أن يطوروا تواصلاً من نوع آخر مع أطفالهم ، و ذلك بخلق مدٍّ من التّواصل اللفظي ، يرسخ فيها بعض عادات السّلوك اليّومية التي تعطي الطّفل الاستقرار الذي يترسخ في حياته. كما أن على الأب أيضا أن يكسب الطّفل قدراً من العّلاقة الجّسدية ، من خلال حمل طفله الوليد بين ذراعيه واللعب معه، مما يكسب هذا الرّضيع إحساس آخر مختلف ، من خلال إحساسه بقوة الأب الجّسدية التي تعطيه شعور الثّقة والأمان . والانحلال الديني أمام الأبناء الذي يظهر اليوم بمظاهر مختلفة ، كأن يغدو الدين شعائر بعيداً عن الممارسات الصّحيحة في الحياة اليّومية ، وبذلك يلاحظ أن عدم تحقق رغبات وميول الطّفل منذ الصغر ، يحول دون تحقيقه لذاته ، ويحصل انسحابه بالتالي من المواقف الاجتماعية ، مما يؤدي إلى الخروج عن قواعد السّلوك المتعارف عليها في المجتمع ، كوسيلة للتعويض عما تعرض له الفرد من سوء التّنشئة الذي ينتج عنه ممارسة لسلوك عدواني تجاه الآخرين ، مهما كانت درجة قربهم. والأبحاث المعاصرة على الجهاز العصبي ، أظهرت أن العواطف السّلبية الايجابية محددة بيولوجيا على مستوى الفرد والنوع ، وأن كل نظام منهما يقوم بوظائف حيوية ، قائمة بذاتها على مستوى حفظ البقاء ، فهذه العواطف بنوعيها الايجابي والسّلبي ، تمثل نظاماً بيولوجياً سلوكياً يطّور التّعامل مع مهام حيوية جدّ مختلفة ، بعضها عن البعض الآخر في خدمة حفظ البقاء Watson , 2000)). ففي حين أن نظام العواطف الايجابية هام للانفتاح على الآخرين، والإقدام على الحياة ، وتعزيز المبادرة وإثارة الدافعية الذّاتية من خلال الوفاق مع الذّات ، ومع الآخرين أيضاً . وما نجده اليوم في الأشهر الأولى ، التّالية للولادة . من أن الأم تتفرغ تماما ، بصورة واعية مقصودة للاهتمام بالطّفل ، وعلى الرغم من أهمية التّفاعل بينها وبينه ، وحاجة الطّفل لتلبية كافة الطّلبات النّابعة من الشّعور بالعجز عن تلبية حاجاته ، إلا أنه على الأم أن تدرك أن تلبية هذه الحاجات للطّفل ، لا تُجدي أن هي أنحت بالأب وأغرقته في تلبية التّوظيفات اللاشعورية لها ، والقادمة من وليدها ، كما نجد الأم أيضا تهمل الإخوة الأكبر في حال وجدوا ، ولكن الإهمال الواقع على الأب من الأم أوضح ، ولذا من الضّروري للأم الانتباه ، لهذا التّماهي الخطر في العّلاقة على الطّفل الوليد ، من خلال سحب التّوظيف عندها بصورة واقعية ، لكي تترك المجال للطفل ليختبر حدود التّوظيف العاطفي، وبالمقابل فإن استمرارية التّوظيف الاستيهامي الجّنسي عند الوالدين، يجعلهما يعثران على المواقف التي تساعد الطفل ، على التّخلص من قلق الانفصال بصورة ايجابية.

وهناك بعض الدّراسات التي أثبتت أن العّلاقة الوجدانية الخاصة بين الزوجين ، وكذلك مدى الايجابية في النّمو العّقلي والانفعالي والاجتماعي للطّفل ، له الأثر الأكبر في مدى نجاح هذا الطّفل في نموه النفسي والعقلي ، فقد نجد أن الأسرة المستقرة تقدم للطّفل الرعاية والحنان والتوجيه ، نجد أن الأسرة المضطربة تبدو عاجزة عن تحقيق مقومات السّلامة النّفسية لأطفالها، نظراً لعدد من العوامل مثل:

1- غياب الأب عن الأسرة أو طول فترة غيابه.

2- الانحلال داخل الأسرة بسبب غياب القدوة الحسنة فيها .

3- التّربية بأساليب خاطئة كأسلوب التّجني على الأطفال .

مما يجعل الفرد يطلق طاقات الإنجاز ، والنّماء والامتداد من خلال الثقة بالإمكانات والقدرات ، و مقاومة الهّدر للمشاعر ، مما تساعد الأفراد على تجاوز متاعب الحياة وعثراتها وخيباتها ، و تكون في المقابل العواطف هي التي تحدد الاستجابات الدّفاعية الهروبية ، لإنقاذ الفرد من الخطر وإفلاته منه ، وعلى النّقيض منها فإن العواطف الايجابية تكون توسعية بنائية على مستوى الفكر والسّلوك ، مما يعظّم فرص النّماء لديهم على جميع الأصعدة النّفسية والاجتماعية ، والفكرية والمهنية والمادية . والأبحاث النّفسية توضح أن العواطف الايجابية ، تتعزز من خلال النّشاط والانفتاح على المحيط في كل المحاور والأبعاد ، فكما يقول (د. مصطفى حجازي): أن حسن الحال الذّاتي أو مستوى التّكيف يتلازم أساساً مع تعزيز نظام العواطف الايجابية ، إلا أن الاقتدار النّفسي من المنظور العاطفي ، يتطلب تنشيط النّظاميين كليهما تبعاً للحاجة والظّروف ، وإلا وقع المرء في حالة مثالية لا تتصف بالواقعية .

وأبحاث (larsomandother2000) أثبتت أن التّوازن في التّعبير السّلبي والتّعبير الايجابي عن الانفعالات والمشاعر ، هو الاستجابة الأكثر فعالية في مواجهة المحن ، فكلما اشتدت المحن أصبح للتّوازن الانفعالي من خلال التّعبير السّلبي والايجابي للانفعالات أثر مهم على الصّحة العاطفية ، ويزداد الاضطراب كلما اشتد قمع التّعبير الانفعالي . سواءً تجاه الشّدائد أم تجاه الاضطرابات النفسية. كما أن هناك دراسات أخرى أثبتت أن تدريب المرضى الذين هم عرضة للنّوبات القلبية على التّخفيف من حدة انفعالاتهم من خلال إخضاعهم لدورات تدريبية على التّحكم بإدارة العواطف والمشاعر المستندة إلى نظريات التّعلم ، ولاسيما الاتجاهات النّفسية المعرفية. كان لها أثر كبير في تخفيف نسب تكرار النوبات القلبية إلى النّصف مقارنة مع الذين لم يتلقوا هذا التّدريب . أريكسون (arecson) أكد في أبحاثه على أهمية الانفعالات في العمليات النّفسية وأبدى اهتماماً خاصاً بدور الانفعالات في نظرية حول النّمو الاجتماعي ، كما أكدّ على أن المهارات الاجتماعية المعرفية ، تلعب دوراً رئيسياً في السّيطرة

على المهارات التكنولوجية في المجتمع الذي يعيش فيه الفرد . كما أن الانفعالات (emotion) هي التي تشكل الإحساس بالهوية ، وفي التّوجه إلى الأدوار الاجتماعية والمهن المقبولة له مستقبلا . وفي المقابل فإن الأشخاص الذين لا يعار الاهتمام لنموهم الاجتماعي والانفعالي، يحصل لديهم اضطرابات متعددة في الشّخصية الاجتماعية، مثال ذلك : اضطراب الشّخصية أللاجتماعي (dissocialpersonality).

هذا الاضطراب يتميز بعدم الاهتمام بالالتزامات الاجتماعية ، وافتقاد الشّعور مع الآخرين ويلاحظ عليه عنف غير مبرر أو لامبالاة واستهتار ، كذلك تظهر لديه هوة كبيرة بين سلوكه هو والقيم الاجتماعية المتعارف عليها، كما لا يمكن تغيير سلوكه عن طريق العقاب ، لأن الشّخص الذي يعاني من هذه الاضطرابات. يظهر عليه ضعف في القدرة على تحمل الإحباط وسهولة شديدة في تفريغ العدوان، ونجد الشخص الذي يعاني من اضطراب الشخصية الاجتماعية، أنه دائما يقدم مبررات مقبولة ظاهرياً لسلوكه مما يضعه في صراعٍ دائمٍ مع المحيط من حوله.

مثل هذه المشاكل في الشّخصية تعتبر من أصعب المشكلات النّفسية ، ولكن كلما كان الشّخص صغير السّن كان تحسنه أفضل ، إذا ما تم التّدخل معه ضمن محيط متفهم لخصوصية هذا الشّخص . وكذلك تم العمل معه على الضّوابط الذّاتية للشخصية لإعادة الثقة والأمان المفقود لديه .

2- الاضطرابات الشخصية في صورتها الاجتماعية

التأثير الاجتماعي على النّمو العاطفي يبدأ من الطّفولة ومن خلال الحياة الأسرية ، ومن بعدها المدرسة ، وإلى خارج المدرسة في المجتمع الواسع . وذلك عبر قوانين تعلم الأثر الطّيب من خلال مبدأ التّغذية الراجعة ، الذي يحكم أسلوب تربية الأسرة المستقرة النّاجحة اجتماعياً . ومن خلال هذه الأساليب التّربوية القائمة على مبدأي الكف والتّعزيز الدائم ، بنوعيه الايجابي والسّلبي ، وهذا تأكيد على أن العواطف الإنسانية تتكون بصورة متدرجة ، حيث يكون للأثر التربوي ، الدور الفاعل في استقرارها ونضجها . وفي حال فشل الأسلوب التّربوي في تحقيق الاستقرار العاطفي ، ينتج عن ذلك اضطرابات متعددة من مثل :

1. برودة المشاعر: التي تتجلى بضعف الوجدانية (apathy) ، التي تسبب اللامبالاة كما تسبب نقصاً في الاستجابة إزاء الظّروف المألوفة ، وعطالة جسمية كبيرة ، وثمة صور شتى من برودة المشاعر مثل :

A. برودة المشاعر التّكوينية العائدة، إلى قصور جسمي أو عقلي .

B. برودة المشاعر كعرض مرضي والتي تتجلى بقصور في الوظائف الغدية كالغدة الدّرقية والنّخامية والكظرية.

2. الخلط العقلي: الذي يظهر برودة في المشاعر تكون مصحوبة بتباطؤ في القاعلية العقلية ، كما هو مشاهد في حالات الفصام من حيث الأعراض الأولية للمرضية الموصوفة ببرودة في المشاعر واللامبالاة .

3. ضعف في كبح القشرة الدّماغية للانفعالات المختلفة، كالخوف والخجل والغضب، فهذه الانفعالات تفسد السّير الوظائفي الدّماغي ، وتفتح الطّريق أمام اللاشعوري . وهذا ما نجده حاصلاً عند الهستيريين من خلال عرض هذه النّماذج المختلفة لاضطرابات الشخصية الاجتماعية ، يمكننا القول : أن التّربية والتّنشئة الاجتماعية ليست عملية نقل معلومات فحسب، وإنما تقوم على نقل حالة ثقافية نفسية ، وبالتالي فأي تشوه في هذه الحالة ، ينتقل كما هو إلى الطفل، وبذلك تكون التّربية سلسلة من النّقل ينبغي أن تتصف كل حلقة من حلقاتها بأقل قدر ممكن من البّعد عن الكمال ، وبأن هناك أمور خفية غير ظاهرة تفعل فعلها في نمو شخصية الفرد، و(فرويد) كان أول المقتنعين بوجود طبقات خفية من العقل تقوم بعملها لا شعورياً ، ثم تدرج بذلك إلى صوغ نظرية عامة عن تكوين العقل، حيث أن (فرويد) يعتبر أن العقل جهازاً يتحرك بدافعين مختلفين دافع خارجي ، وآخر داخلي ، ومن البّواعث الخارجية ما يؤثر على الحواس من منظور ومسموع وملموس ..

ومن البّواعث الدّاخلية ، ما تؤثر على المرء بالجوع والعطش ، وغير ذلك من الغّرائز القوية وكثيراً ، ما يتحكم في حياة الفرد باعثين في آن واحد. و(فرويد) يرى أن العّمليات العقلية جميعها تبدأ باللاشعور ، ثم يخرج بعضها في الحال إلى الشّعور ، ويبقى بعضها الآخر محتبساً في طوايا العقل الباطن.

4- وهناك أربع نواحي تؤثر في النّمو العقلي ، كما يصفها المحللون النّفسيين :

1-مجموعة الدوافع الغريزية الأولى.

2–الدّات ، وهي جانب تم انفصاله عن المجموعة الغريزية .

3–الخواطر المكبوتة ، وهي جانب من المجموعة الغريزية ، انحدر إلى أعماق النّفس لتضارب بينه وبين الدّات.

4–الدّات السّامية ، وقد تم انفصالها عن الدّات الواقعية.

وهنا يأتي الحديث ضرورياً ، حول الفوارق بين النمو الفردي الذّاتي والنمو الاجتماعي ، وبالتّالي التّفريق بين الفردي (intrest) أي الشّخصي الذي تتصرف طاقته الحيوية إلى دخيلة نفسه ، على نقيض الاجتماعي (extravert) الذي تتصرف طاقته الحيوية خارجاً عنه. والاجتماعي يخرج إلى العالم ويستمتع باتصاله بغيره ويبتعد عن العزلة والتّأمل ، أما الفردي فيبتعد ويتجنب بغريزته الاتصال بالعّالم الخارجي ، وهو كتوم لا يختلط بالنّاس قانع بنفسه .

و الشّخص الاجتماعي بصورة عامة كثير الحركة ، كثير التّودد ، شديد التّطلع ، لما حوله وكثير التّدخل بالشأن العام. أما الفردي فيّفر من النّاس ، ويحب أن يسير وحيداً ويسترسل في التّأمل . والجدير ذكره ، أن الشّخص الفردي لا يتحتم عليه أن يكون أنانياً ، كما لا يتحتم أن يكون الاجتماعي محباً لغيره. والملاحظ أن وجود فرداً واحداً اجتماعياً في الأسرة ، يملأ البيت نشاطاً مادياً وروحياً. حتى يكاد يتوارى كل من حوله ، ولا يكون لهم وجود. ومع ذلك فإن اهتمامه بشؤون الآخرين وقدرته على مشاطرة غيره المشاعر الوجدانية ، يساعده على اجتذاب الكثير من الأصدقاء والأتباع.

ولكن من الجدير ذكرُه أيضاً أن : التّطرف في شعوري الفردي والاجتماعي شديدي الخطر ، ولكن غريزة البقاء بطبيعتها تدفع المرء إلى الاتزان ، والأخذ من كل منهم بمقدار . والتّربية والتّعليم و الخبرات المتراكمة عبر التجربة الحياتية ، تهذب الفرد وتقلل من تطرفه ، وفي حال الفشل في إيجاد التّوازن فإن خللاً ما يحدث ، مثل: الاضطرابات الشّخصية اللا اجتماعية ، كالشّذوذ العقلي ، أو قد تحدث أمراض جسمانية ، وقد ينتهي هذا الشّخص الذي لديه مثل هذا الاضطراب بأن لا يحسن إيجاد التّوازن بين نوازعه الفردية والاجتماعية ، ويصل إلى العجز الشّديد في ناحية من نواحي الحياة. (داروين) في نظرية التطور والارتقاء حاول البرهان على العلاقة بين جسم الإنسان وبقية الأحياء في الحياة الكونية ، و(فرويد) فعل الفعل ذاته، فيما يختص بالعقل البشري ، وبواعث علم النّفس التحليلي ، تؤيد بحوث البيولوجيا ، وذلك بأن الإنسان لا يزال في دوره الأول من التّطور ، فالشّعور حديث في نفسية الأفراد ، أما اللاشعور فهو رمزاً راسخاً قديماً ، و تسعة أعشار أعمال الإنسان على الأقل ، من وحيّ اللاشعور . كما أن سيطرة الإنسان على الطّبيعة أقوى من سيطرة الإنسان على نفسه ، فالإنسان يجلب لنفسه الشّرور بالحروب وما إليها ، واليوم يسيطر المرء على لا شعوره ليبدأ دوراً جديداً في حياة البشرية . وعلم النّفس يسعى إلى إخضاع اللاشعور لسلطان الإنسان.

3- تقييـــم الذّكــــاء العاطفـــــي الاجتماعـــــي

عندما نبدأ بتسمية مشاعرنا بشكل صحيح ، عندها تبدأ مسؤوليتنا في الإحساس بهذه المشاعر ، مما يسهل التّعايش والتّكيف مع عواطفنا المتبدلة ، والكلمات التي نصف بها عواطفنا ، لا تصف فقط هذه العواطف أو المشاعر ، وإنما تعطي فكرة عن درجتها وشدتها ، مما يسهم بدرجة التّجاوب العقلي لهذه العواطف وتنميتها .

فهناك مجموعة من النّقاط يلفت علماء الاجتماع الانتباه إليها ، في التفاعل الاجتماعي وفي مستوى هذا التّفاعل من مثل :

1. القبول بالآخر هو الشّرط الأول للعيش بسلام.

2. الاستماع والإصغاء لما يقوله الآخر ببعدنا عن العنف .

3. منح الآخرين الثّقة بنا من خلال حفظ الوعود وعدم الطّعن بالظّهر .

4. محاولة تفهم الظّروف المعاشة للآخرين ، الذين نتعامل معهم لتقدير ظروفهم، من خلال لعبة تبادل الأدوار من خلال التّقدير و المحاكاة.

5. مشاركة الآخرين اهتماماتهم ومناسباتهم الخاصة.

6. تجنب الوقوف موقف القاضي ، حين التّعامل مع من نصادقهم ، بل دائماً المطلوب التّفهم وإسداء الرأي وليس إلاّ .

7. التّعاون الجماعي ، من خلال إبراز دور كل شخص في المجموعة ، وإبراز أهمية هذا الدّور.

8. زيارة أماكن تلقى رضا الجميع ، في حال النّشاطات الخارجية.

9. القدرة على إقامة الارتباطات الجّيدة ، بين جميع الأشخاص ، من حيث خلق الاهتمامات المشتركة، من خلال قراءة الكتب التي تثير اهتمام الأغلبية.

هذه النقاط تنمي الحس السّليم للتّواصل الاجتماعي عند عامة النّاس ، أما التّواصل عند الشّخص العصابي ، فيتميز بأن الشّخص العصابي دائماً يبحث عن المستحيل والمتعذر ، متجاهلاً التّعامل مع الممكن وتنميته ، كتب (برتراند رسل في عام (1930) م كتاباً بعنوان الطريق إلى السّعادة يرى فيه أن : من أسلم الطّرق لمواجهة أي نوع من الخوف ، أن تفكر فيه بهدوء وبطريقة متعقلة ، ولكن بتركيز شديد إلى أن يتحول إلى شيء مألوف لديك ، وفي النّهاية فإن الألفة بالموضوع المخيف ستستأصل الشّعور بالخوف .

إن الخبرات السّابقة ، تلعب دوراً مهماً في ترجمة الأحداث ، التي تصيب الأشخاص وأسوء الضغوط ، وأكثرها ارتباطاً بالتّوتر والاضطراب النّفسي ، هي تلك التي تحدث للفرد المنعزل ، والذي يفتقد المساندة الوجدانية والصّلات والدّعم الاجتماعي ((SOCIAL SWPPORT والمؤازرة ، حيث أن الحياة مع الجماعة والانتماء لمجموعة من العّلاقات الاجتماعية والأسرية المنظمة ، يُعتبر من المصادر الرّئيسية التي تجعل للحياة معنى ، ومن ثم توجهنا في عمومها للصّحة والرضا وتدفعنا للمقاومة على الضّغوط وتحملها . كما أن تأثير الضّغوط على الأفراد من ذوي الاهتمامات المهنية والاجتماعية الضّيّقة يكون أكثر عمقاً وأسوء أثراً ، إذ يجد الفرد نفسه في مثل هذه الحالة ، عاجزاً عن الدّخول في نشاطات أو علاقات اجتماعية ،فكلما كان الفرد ذا اهتمامات اجتماعية متسقة ، كان أكثر قدرة على التّطور بمهاراته وعلاقاته ، ولا شك أن الخبرات التي تصيب

الأشخاص ، في مراحل حياتهم المختلفة من خلال عيشهم لمشاعر انسحابية متباينة ، من مثل الخجل والغضب والمشاعر التي يعيشها الفرد ، تجاه ذاته من لوم للنّفس والنّدم بحيث :

تعتبر هذه المشاعر ، مشكلات الحادة عند الكثير من الأشخاص ، الذين يودون التّحكم بهذه العواطف المنفعلة لديهم، حيث عندما يكون الشّخص في حالة من الغضب ، فإن جسمه يتجهز لصدّ الاعتداء ، حيث تمتلئ رأسه بأفكار متعارضة بين أفكار تركز على الظّلم، الذي تعرّض له وأفكار أخرى تدفعه للثأر والانتقام ، وهناك فروق فردية كبيرة في طبيعة الأحداث التي تسبب الغضب عند النّاس ، فقد يغضب إنسان ، وهو ينتظر دوره في طابور للشراء ، إلا أنّه يتحلى بالهدوء وهو يستمع لانتقاد على أدائه لعمله ، بينما يكون شخص آخر في كامل الهدوء ، وهو في طابور إلا أنه يغضب ويتجهم، حين يسمع أي انتقاد لعمله وردة الفعل هذه، محكومة بخبرات الحياة السّابقة للأحداث الأخيرة التي عاشها ، وكذلك ترتبط ردة الفعل للأشخاص حسب مبادئهم ومعتقداتهم التي يحملونها. كما أن الغّضب يتصل بالشّعور الأدبي للشّخص عند تعرضه للظلم ، أو الألم أو عند المنع من الحصول على شيء يتوقع الحصول عليه، لذا فالغّضب يحصل من انتهاك القواعد والتّوقعات ، كما يحدث الغّضب أكثر ما يحدث في التّفاعلات القريبة بين المحارم ، ويمكن أن تفهم العّلاقة أكثر في حالة الصّراع المتسببة للغضب ، من خلال تداخل الحب والكراهية ومن خلال معرفة أن لكل واحد من الأشخاص توقعات كثيرة من المقربين إليه ، أكثر من التّوقعات التي تصله من الأصدقاء أو من علاقات العمل ، لان هذه العلاقات بعيدة عن الشّخص ، حيث أنه كلما كانت علاقتنا قريبة من شخص ما ، كلما زاد احتمال أن تصلنا توقعات منه، ومما يزيد في تعقيد هذا الأمر أننا نادراً ما نخبر الآخرين بتوقعاتنا منهم ، أو قد لا نكون نحن مدركين لها إلا عندما تتحقق . وحينها يحدث الشعور بالألم وتحصل خيبة الأمل التي هي المسبب الأول للغضب ، وما مشاعر الذّنب والخجل ، إلاّ عاطفتان قريبتان جدا من بعضهما ، فشعور الذّنب مثلاً يحدث عندما تُنتهك قواعد هامة بالنسبة للشّخص . والشّعور بالذّنب يترافق دائما مع الشّعور بالخطيئة ، والنّظرة السّلبية الحاصلة عند الشّخص عن ذاته ، وهذا الشّعور يحاط بسريّة شديدة لدى الأشخاص ، وذلك حسب معرفة مصدر الخجل ، وكثيراً ما يرتبط الخجل بسرّ عائلي ، يتعلق ببعض أفراد العائلة ، ومن أمثلة هذه المواقف ما يحصل مثلاً حين: الإجهاض ، الإفلاس ، الإدمان، التّحرش الجنسي، وشعور الذّنب والخجل ، يضغطان على الشّخص للسّيطرة والتكيّف ، وهنا نذكر مبادئ متعددة تذكرها أغلب المراجع الاجتماعية ، فيما يتعلق في التّدرب على :

- تحمل حدّ مناسب من التّغلب على هذه المشاعر أذكر منها :

1. كتقدير خطورة الحدث الذي هو مسبب لهذه المشاعر .

2. كسر حاجز الصمّت ، والإقرار بالتحدث عن المسببات لمشاعره الحادة ، وذلك في مكان آمن يساعد على حمل ثقل هذا الصمّت.

3. عمل مسافة بين الإحساس بالذنب ، وبين شعور الجريمة، المتضمن حلولاً للسّلوكيات المخجلة والمسببة للإغراق في مشاعر الذّنب المميتة

فعندما تحيط السّرية بالخجل مثلاً ، قد يكون من المهم الحديث عما حدث مع شخص نثق به، وتقوم الحاجة إلى الصمّت على تقدير أن البوح بالسّر سيؤدي إلى الإدانة ، أو النّقد أو الرفض من قبل الآخرين ، وعندما نجد أن في كثير من الأحيان ، بعض النّاس الذين يحملون سراً يفاجئون عندما يرون قبول النّاس ، فعندما يسمعون بهذا السّر، فإن هذا القبول الذي لقوه يتعارض مع الرفض المقدر عندهم ، وبذلك يحصل لديهم إعادة في النظر في معنى هذا السّر، وبالتّالي يحدث أن يخف أثره عليهم ، ويزول بالتالي ثقل هذا الشّعور عن كاهلهم .

4- تأثير مشاعر الغضب والخجل والذّنب على الصّحة العّامة :

يترافق الغضب عادة بانخفاض في قدرة القلب، على ضخ الدّم المطلوب لكامل الجّسم، فوجد أن الذين أصيبوا بنوبات قلبية بُعيد حالة من الغضب، أن انخفضت عندهم قدرة القلب إلى 5% من القدرة الطبيعية. ولم يلاحظ هذا التّغيير إلا الجملة القلبية العرقية ، التي تستقطب كل الاهتمام في الانفعال ، عندما يحدث الاضطراب القلبي والخفقان ، كما تحدث آلام عنيفة أحياناً في الصدّر ، وهذه الآثار جميعها تسبب التّعب القلبي ذي الاستعداد المسبق ، لذلك يضاف إلى ذلك أن المريض يظن أنه مصاب بمرض في القلب، وهذا الظّن من جديد يولد انفعالات تعزز هذه الآلية بدورها الأمراض القلبية ، ذات الأساس العصبي، الانفعالي. كما أن الجملة العصبية غير المتوازنة تؤثر على عمل الكلى ، التي يتم دوران الدم فيها بشكل مستقر بصورة دائمة، لتضمن أداء عملها بشكل جيد . لكن في حال تغير الانفعال تولّد الكلية مادة شديدة الخطورة تزيد من توتر الأوعية الدّموية ، لذا في مرات عدة قد يحصل الموت نتيجة توتر انفعالي شديد ، أما الجلد فيستجيب استجابة قوية للانفعالات ، لأن علاقته بالجملة الوّدية علاقة مباشرة فيلاحظ ظهور البثور والتّقرحات والحساسية الجلدية (الآلرجي)، كلما اضطربت الحالة الانفعالية للشّخص ،أما الحال بشأن الاضطرابات المعدية ، فإن الانفعال الزائد يسبب كثرة التّقيؤ والانقباض في المري ، وكذلك يحدث عسر في الهضم وزيادة في الحموضة، ومن ثم قد تحدث التّقرحات المعدية ، وهذا مرده إلى الصرّاع والتّوتر الانفعالي ، الذي يفسد نظام الجملة العصبونية الإعاشية.

ومن آثار الاضطرابات الانفعالية على الجّسم :

– آلام الزائدة الدودية، التي قد تضطر الشخص الذي يتعرض لهذا التوتر الانفعالي في كثير من الحالات لعملية جراحية، وبعد العمل الجراحي قد تتجدد الآلام بنفس الآلية التي تحدث في الأزمات القلبية.

– كما تحدث اضطرابات في دوران الدم نتيجة الانفعال ، وتكون أبسط أشكالها انقباض الشّعيرات الدموية وتمددها ، بسبب تنبه الألياف الودية ، ونتيجة ذلك قد تحدث اختناقات ونزيف وجروح في الأمعاء والكلى و الكبد ، وهذه الاندفاعات الجّسمية مسؤول عنها الجملة العصبونية الإعاشية (الودية).

– الصراعات الداخلية وما تخلفه من أشكال للحصر، تكون نتيجة كبرى للاضطرابات الودية التي تفتك بها بشكل لا شعوري .

من كل ما تقدم نخلص للقول : أن سير القّشرة الدّماغية سيراً وظائفياً جيداً ، يقصي الانفعالات المخلة بالنّظام العّضوي ، حيث أن الإنسان الذي تسير قشرته الدّماغية في نظام وظائفي جيد ، يتحمل أشكال من التوتر مختلفة الشدة دون أن يشعر بالآلام المبرحة، وبالاعتماد على هذا المبدأ في سير نظام الجملة العصوبية ، أوجدت السّنوات الأخيرة طريقة جديدة للولادة ، لها رواج كبير هو مبدأ الولادة دون آلام ، وسنأتي على شرح هذه الآلية في الولادة في فقرة لاحقة .

ومن دواعي القّول بأن التّأكيد على أن الانفعال موجود في أساس الحياة الإنسانية، والعضوية تبحث دائما عن استبعاد الحالات التي تُعرض توازنها للاضطراب، وذلك إما بتجنب الحادث المنفر أو بمواجهته. فالانفعال يؤثر على مجموع العضوية و الصّراعات الوجدانية، والاستجابات الانفعالية العميقة والطّويلة الأمد ، وأشكال الحصر والقلق والغضب والخوف والكبت ، هي انفعالات تشكل خطورة على عمل أجهزة الجّسم المختلفة وبالتّالي تعرض الصّحة العامة للخطر وأحيانا للموت، لأن الانفعال كما وضح سابقا مصحوب بتبدلات فيزيولوجية ونفسية شديدة بسبب:

A. قوة في عمل السّيالة العصبية بسبب خروج هذه السّيالة ، عن نظامها المعتاد فتنتشر تنبيهها إلى القشرة الدّماغية ، ويصبح الإنسان بذلك مشوش لا يعرف ماذا يتصرف.

B. الانفعالات القّوية الخوف ، والغضب تسببان إفراز الأدرينالين ، مادة مقبضة للعروق تفرزهما الغدتان الكظريتان الموجودتان في الطرف العلوي ، من الكليتين وتشكلان جزءً من مجموعة الغدد الصّماء ، يشرح قانون (Ammon) أثر الأدرينالين على السّلوك من حيث أنه يقلص العضلات بغية إعدادها لمواجهة المواقف المعترضة أو الهرب منها ، فيحدث الهيجان أو الانفعال الشّديد بحيث يثبط الهمة ، ولكنه بالمقابل يمنح قوة خارقة لبعض الأشخاص، ففي بعض الحوادث ، وجد أن المرء يرى أناسا قادرين على الهرب والجّري بقوة هائلة ، بحيث يمنحه هذا الانفعال قوة بطولية.

وهناك مقولة شعبية يردد في هذا الأحوال كأن : (منحه الخوف أجنحة) ولكن التّأويل لذلك بأن الأدرينالين منح الشّخص المنفعل لحدث ما ، ردة فعل قوية إما للهرب وإما للهجوم .

وبغض النّظر عن ردة الفعل الحاصلة ، فإن العضوية تصدر رد فعلها هي محاولة استبعاد الوضع الذي لا يلائمها .

وهذه الآلية طبيعية في عمل العضوية ، ولا علاقة لها بالجبن أو التّخاذل أو البطولة ، حسب المسميات الشّعبية ردة فعل الأشخاص في مثل هذه الظروف.

ولا شك أن الحياة اليّومية مجبولة بالانفعالات و الإحساسات ، وضروري الغضب والعداونية والهرب الانطواء والكبت . ابتداء من المرحلة الجّنسية حسب ما تؤكد الملاحظات العلمية ، بأن انتقال التّأثيرات الجّسيمة والنّفسية من الأم إلى الجنين ، قائمة من تشكل القلب، فنجد بعض الأجنة تزداد تحركاتها عند تعرض الأم لانفعالات حادة ،كما أن نبض قلب الجّنين يزداد بعد صعود الأم سلماً كثير الدّرجات . ومن الملاحظات الشّائعة التي تسجل عند الحوامل ، وتشير إلى تفاعل الجنين في بطن أمه مع الضوضاء في الخارج ، بأنه غالباً ما يحدث رفسات قوية ، عندما تنزعج الأم من صوت قوي مفاجئ . كما أن انفعالات الأم تؤثر بطريقة غير مباشرة على الجّنين، فهذه الانفعالات تؤدي إلى الإفراط بمفرزات الهرمونات عند الأم ، هذه الهرمونات قد تصل عن طريق المشيمة إلى دم الجنين ، وتؤثر على إفراز الهرمونات في غدده ، كما أن المعاناة الانفعالية المستمرة لدى الأم أثناء فترة الحمل، تترك أثارا مستديمة لدى الطّفل ، بمعنى أنه إذا كانت الأم تعاني أثناء الحمل من تعاسة واضطراب، فإن الطّفل منذ البداية مفرط الحركة ، شديد القابلية للتّهيج والصّراخ.

كما أن الاضطرابات المعوية لدى الأم تؤدي إلى إحداث الاضطرابات المعوية عند المولود ، مما يسبب حدوث المغص (Eclic) عنده . وبصورة عامة فإن قلق الأم وتوتراتها والاضطرابات ، التي تتعرض لها خلال فترة الحمل ، قد تؤثر تأثيراً سيئاً على الجّنين ، وتعوق توافقه النّفسي والانفعالي في المستقبل مع البيئة الخارجية (دافيذ وآخرونDavies،Etell1961). كما أن هناك نوع من التّناقض العاطفي ثنائي في المشاعر((Amtivalencekيمكن أن تعيشها الأم أثناء الحمل ، كأن تشعر بالبهجة والفرح لأنها تنتظر قدوم المولود ، ولكن بالمقابل الظّروف المحيطة بالحمل كالآلام المرافقة لتبدلات جسم الحامل ، والخلل الهرموني الحاصل يجعل المرأة تحرم من بعض العّادات ، التي كانت تسبب لها المتعة والسّعادة قبل الحمل ، ومن الانفعالات التي تؤثر على الحمل المشاعر الايجابية أو السّلبية عند الأم تجاه الحمل وانتظارها لمولود جديد . لذا فأن اتجاه الأم نحو الحمل يرتبط ارتباط وثيقا بنضجها الانفعالي . ومن النّعم الموجودة في الحياة والطبيعة ، أن اليّسر الدّماغي يتيح للعضوية أن تعمل في اتجاه أهداف أعظم ، من أن يقهر الإنسان نفسه ، أو أن ينطوي على ذاته . فنجد الكثير من الأشخاص يستطيعون تحويل الآلام القادمة إليهم ، من مفاجئات الظروف الطارئة ، بحيث يستطيعون أن يكيّفوا عمل الفكر والجّسم ، في مجموعة واحدة متجهين

نحو الهدف الذي ينبغي أن يكون هدف كل إنسان ، من حيث العيش بيسر وسلام مع نفسه ومع الآخرين ، وبالمقابل نجد الكثير من الآخرين الأشخاص يفشلون في إيجاد هذا التّوازن .

حيث أن استجابات النّاس على الآلام والمتغيرات ، مختلفة لحدٍّ كبير ، وبالتّالي عمل القشرة الدّماغية ومركز الشّعور يختلفان من حيث الإحساس بالألم، أو الفرح، هذا الإحساس من كونه يحدث بفعل القشرة الدّماغية، حيث أن لما كان المخ مركز الحياة الغّريزية والانفعالات، فكل إحساس بالألم مصحوب بانفعال ، وبذلك نجد أن انفعال الخوف يعزز الألم، ولكن الهدوء والاسترخاء يقللان من هذا الإحساس ، ومن الأساليب الأخرى المعمول بها للتّخفيف من الألم أو إيقافه ، التّخدير الذي يتصف بأنه من أهم الإجراءات الطّبية ، الذي ييسر إيصال خدماتها التي تعتمد على التّنويم للقشرة الدّماغية ، حيث أن الإحساس بالألم بفعل الدّماغ يبقى موجودا ، ولكنه لا يبلغ الدّماغ الأعلى . وهناك حالات ينعدم عندها الإحساس بالألم بطريقة مماثلة للتّخدير ، نجدها عند المصابين بالهستيريا ، بحيث أن استجاباتهم على الآلام المبرحة ، والنّفسانيون يفسرون ذلك بان قشرتهم الدّماغية ، تبقى مكفوفة بصورة طبيعة فهي تكشف عن مناطق غير حساسة ، يمكن التّنكيل بها دون أن يبدى الهستيري أدنى استجابة ، وهذا التّخدير لعدم الإحساس بالألم يكون حاصل بفعل سير وظائفي سيء لقشرة الدّماغ . إما في الولادة بدون ألم التي أشرنا إليها في فترة سابقة يحدث العكس ، فبدلا من أن يخدر الشّعور يزاد، لأنها القشرة الدّماغية تكبح الاستجابات الانفعالية، حيث أنه بوسع السّير الوظائفي الجّيد ، أن يكبح الألم بما أن القشرة الدّماغية تكبح الانفعال . وبذلك تحدث الولادة بدون الم وبيسر ، بحيث تتجنب المرأة التي تخضع للولادة الخوف الذي يعزز الانفعال ، لأن الولادة مرتكزة على منعكس شرطي هو الخوف من العذاب.

وبتحقيق المنعكس المعاكس ، تصبح المرأة في هذه اللحظة مقتنعة بالسّمة الطّبيعية للولادة بأنها بدون ألم لذا فهي تحتاج إلى تدريب بحيث يختلف لديها المنعكس الذي يثبط الألم وذلك عبر تقنية خاصة على العملية التنفسية والبطن التي تضمن سير الولادة سيرا جيدا كما أن الشخصية الهستيرية مثال جيد على توضيح العلاقة بين النفس والجسم حيث تكشف عن أعراض عضوية عضلية ونفسية متنوعة إذ أن الشخص الهستيري شخص يقبل الإيحاء لحد كبير لأن سير وظائف الدماغي سيء كما اتضح سابقاً. والمعروف أنه لا توجد هناك حالة هستيرية واحدة ومزاج الأشخاص الهستيريين مضطرب والشعور والإرادة لديهم منعدم عمليا لذا كان من السهولة أن يجعل هؤلاء الأشخاص يفكرون ويتصرفون وفقا لإيحاءات الموجهة إليهم وتكون إمكانية تنويمهم مغناطيسيا واردة ومتحققة.

أما في حالة مرض الاكتئاب والهوس والقلق والإرهاب فهذه الأمراض شديدة الصلة باضطرابات العواطف والوجدان. من هنا تأتي ضرورة الاهتمام بالصحة العاطفية المتمثلة في الصحة الجسدية والنفسية و يلزم لتطويرها وتحقيق فعاليتها إدخال برامج توعية ووقاية لأن الوقاية هي حجر أساس في بناء الصحة العامة.

لما كان العمل على الوقاية من الأمراض المعدية يأتي عن طريق التوعية والتعليم لأسباب حدوثه فان برامج الوقاية في مجال العمل النفسي تكون أكثر تعقيدا لأنه لم حصر أسبابه بسهولة. إن كافة أجهزة الجسم تعمل من أجل توفير غذاء صحي للمخ البشري فالرئتان مثلا تغذيان الدم بالأوكسجين والقلب يضخ محتوياته والكبد يحجز المواد السامة والأمعاء تمتص وتخرج، والكليتان تطهران الدم من البول، والتنفس هي أعلى وظائف المخ. وتحقيق الهدف من وجودنا كأفراد يتمثل في أن تتوافق سير وظائفنا العضوية والنفسية جنباً إلى جنب كي نكون خلاقين والاهم من ذلك متكيفين في حياتنا اليومية.

5- البرامج المعمول فيها من قبل الهيئات والمنظمات التي تعنى بالوقاية من الأمراض النفسية والانتكاسات:

-- نذكر :

1. برامج الوقاية الأولية :

التي تهدف إلى القضاء على حالة المرض أو تجنب الاضطراب قبل حدوثه وذلك بالتثقيف بأسباب الاضطرابات النفسية عموما والباحثين النفسيين دائما نتائج البحوث تشير إلى وجود تفاعل معقد بين عوامل بيولوجية ونفسية يضاف إليها الاستعداد الشخصي والصراعات المبكرة التي تبدأ في الطفولة ثم تستمر في الحياة الراشدة بالإضافة إلى مختلف الضغوط البيئية التي قد تفجر اضطرا بات شديدة وتسبب أعراضا سلبية من مثل انعدام الحوافز والتبلد الانفعالي.

وبرامج الوقاية الأولية تعتمد على الوعي بالعمليات الارتقائية ، ومساعدة الآباء الذين يعانون من مشكلات في تربية أطفالهم على اكتساب المهارات التربوية فيزيد من وعيهم بالأزمات المتوقعة لأطفالهم في فترة المدرسة وما قبلها لأن تدريب الأطفال في سن مبكرة يساعدهم على اكتساب مهارات خاصة في حل المشكلات المتصلة بالتعامل مع المحيط وبالتالي تحسن أدائهم في التكيف الاجتماعي في المراحل اللاحقة و من الأفكار التي تعتمدها برامج الوقاية الأولية التدريب على مواجهة الظروف الضاغطة والأزمات المعاشة بتفهمها ومحاولة الاستناد على نقاط القوة المحيطة بالحدث للارتقاء بالفرد المأزوم لحدود جيدة مستقبلا

- وهناك شكل آخر من أشكال برامج الوقاية النفسية الاجتماعية :

2- يعرف بالوقاية الثانوية : التي تهدف للحدّ من مسار المرض أو الاضطراب بعد أن يحدث عن طريق:

- التشخيص المبكر.
- التدخل المبكر لوقف هذا المرض.

لذلك لا بد في هذه الأحوال من العمل على تنمية التوعية بالصحة العاطفية منذ الطفولة الأولى من خلال تعليم الأطفال معرفة أحاسيسهم الخاصة وتنمية مقدرتهم اللغوية للتعبير عن هذه العواطف وهذا لا يعني مجرد أن يقول الطفل مثلا أنه يشعر بالغضب أو الخوف أو الحزن....

وإنما أن يكون أكثر تحديدا في وصف مشاعر غضبه أو حزنه، وهذه الأهمية تبرز في تعليم الطفل كيفية التعامل مع مشاعره المختلفة. ولاسيما السلبية منها وذلك من خلال تعليمهم كيفية تحمل المسؤولية، في تحقيق حاجاتهم العاطفية لأن ذلك يساعده على تطويره أحاسيسه الصحيحة نحو الآخرين، وتعليمهم التعاطف معهم من خلال التبادل العاطفي الذي يسمح لهم بإدراك مدى تأثير السلوك العاطفي، عند كل فرد وتصرفاته على سلوك الآخرين مما ينمي عنده وعندهم التعاطف والشعور بمشاعر الغير، وهذه التبادلية هي محور النمو الاجتماعي الجيد، وهذه الأساليب تأتي بداية من خلال الحياة الأسرية، حيث أن توفير جو من الثقة في حياة كل أسرة ووجود الحوار بين أفرادها، الذي يقطع الخلافات بين الأطراف من خلال الشرح والتوضيح والمساندة، فيتحول بذلك الخوف والارتباك من الآخر إلى احترام وتقدير، وبذلك يكبر الأطفال الذين يتربوا على هذه الأساليب العصرية في التنشئة، مما يجعلهم يحملون معهم عندما يكبرون التعليلات والتفاسير لقيم ومبادئ الحياة الاجتماعية، أما في حال التنشئة الأسرية التي تعتمد على القهر والعنف والضرب، فإن الأطفال سوف يحملوا معهم هذه الأساليب كقيم ومبادئ أيضاً، في الحياة فيعيشوا بها ويمارسوها في معاملاتهم مع الآخرين. و(سمر خميس) ترى أن الثقة هي حجر الأساس لقيام العلاقات الأسرية وثقة الأبناء بالآباء، وكذلك ثقة الزوج بالزوجة والعكس بالعكس لأن الشك يخنق الحياة الأسرية، يجعل العلاقات بين أفرادها تضعف سريعاً، لأن الشك يولد سوء النية ويضعف الإحساس بالأمان، أما الثقة بين الزوجين والأولاد والالتزام والصدق والاحترام للوعود والارتباطات، يسهم بكل تأكيد في ترابط الأسرة الذي ينقل إلى التعامل الاجتماعي مع الآخرين فيما بعد. وبذلك تغدو التنشئة الأسرية هي الفاعل الأساسي من كونها عملية تعلم وتعليم، من خلالها يتحول الطفل من كائن بيولوجي إلى كائن اجتماعي، ممتزجة فيه ثقة المجتمع وقيمه لتصبح جزءاً من وجدانه وتفكيره.

- و هناك ميزان يمثل الكوكبة الأسرية كما مثّل له مصطفى حجازي كما يلي :

بحيث تقتضي التربية الكاملة أن تكون عناصر هذا الميزان كاملة، وهذا أمر غير ممكن تحقيقه. ففي حال كان الوالدان كاملان على فرض، فتربيتهما لأبنائهما لابد أن يتناسب مع مزاج الطفل الأساسي. وبذلك لا يمكن ضبط المؤثرات، وبالتالي تغدو التنشئة الأسرية، في أحسن أحوالها حلاً توفيقاً بشكل دائم بين العناصر الثلاثة المشكلة للرباط الأسري. فلما كانت التنشئة الأسرية لا تقوم على نقل

المعلومات فحسب، وإنما تقوم بصورة خاصة على نقل ثقافة أصيلة متمثلة بالسلوك والفكر، والحضور العام ، أو المكانة الاجتماعية ، لذلك يدرك الشخص المراقب، أن أي تشوه في أحد الأدوار العائلية، ينقل إلى الطفل بسرعة، لأن مناعة الطفل النفسية غضة، غير مصقولة فلذا لا مناص من أن ترتكز أي تنشئة على التوازن في حضور المؤثرات الأقوى، وهي الأبوين والراشدين الكبار في حياة الأطفال ..

الفصــل السابـــع : الصحـــة العاطفيـــة والحيـــاة المهنيـــــة

1- التعريفات المهمة للذكاء المهني والصحة العاطفية

لما كانت الصحة العاطفية تعتمد أساسا على ما يشعر به الفرد نحو نفسه، ونحو المحيطين به والعالم من حوله خاصة فيما يتعلق بمكانه هو وسط هذا العالم، وتعرّف الصحة النفسية بأنها الانسجام بين الصورة الاجتماعية (ما يعتقده الناس والمجتمع عن الفرد) والصورة الذاتية، أي التقييم الذاتي الحقيقي للفرد، والصورة المثالية، أي ما يرغب الفرد أن يكون عليه، وهناك من الباحثين من يعرّف الصحة العاطفية: بأنها القدرة على العمل والحب بشكل ملائم.

ومن التعريفات المهمة للذّكاء المهني، تعريف (Joleman) الذي وضحه بما يلي: بأنه مجموعة المهارات الاجتماعية والشخصية، التي تؤدي إلى تحسن في مجال الحياة العملية والمهنية، لأن هذا الذكاء يقوم بالأساس على أرضية من الذكاء العاطفي، وكما يؤكد (جولمان) أنه لا بد من حد أدنى من الذكاء العاطفي، ليتعلم الإنسان الذكاء الأدائي. حيث أنه من أهم جوانب الذكاء العاطفي تأتي القدرة على التعاطف (Semptlly) والتي يعبر عنها عملياً: بأنها قدرة الشخص على الشعور بالآخرين، في بحث عمل عليه في جامعة (هارفارد) في الثمانينات من القرن الماضي . وجد أن الذين كانوا أقدر على معرفة مشاعر الآخرين، كانوا أكثر نجاحاً في تجاربهم وأعمالهم وفي حياتهم الاجتماعية، ومن الدراسات الحديثة، التي بينت أن أكثر الصفات التي تشجع الزبائن على الشراء هي:

قدرة البائع على معرفة مشاعر الزبون ، ومن ثم تلبيته هذه المشاعر، ونجد دائماً أن الناس يعبرون عن تفضيلهم للبائع الذي يحسن الاستماع إليهم ، والذي يتفهم حقيقة ما يريدون وما يهمهم . وتأتي أهمية الثقافة المهنية من كون أن الشّخص لابد أن يحسن التعرف على مشاعر الآخرين، ليقدر على امتلاك التأثير فيهم، وبالتالي من يستطيع التحكم في مشاعره وعواطفه، يصبح أقدر على امتلاك القدرة على المبادرة (Martinseligm)تحدَث عن مفهوم التفاؤل المتعلم ((learnedoptinim وهذا الشعور الذي يتعلق بالعوامل التي يُرجْع الناس إليها أسباب فشلهم وإخفاقاتهم، حيث أننا نصدف بعض الناس يميلون إلى ردَ فشلهم في أمر ما لأسباب عامة، ودائماً لأسباب داخلية لا يقدرون على البوح بها .

الدراسات التي عمل بها(سيلفان) على البائعين الجدد المتفائلين كانوا كما تبين لديهم أنهم أكثر مبيعاً بنسبة(37 %) من زملائهم المتشائمين.

وفي دراسة أخرى تبين أن الجوانب المتصلة بالذكاء العاطفي، والتي وجد أن لها علاقة كبيرة بالنجاح في التجارة والأعمال هي: المهارة في التعامل مع المشاعر والعواطف، وكذلك القدرة على التكيف مع الشدة والتوترات، وفي دراسة أخرى لإداريّ بعض الشركات التجارية، وجد أن قدرة الموظفين على التعامل مع الشدة والتوتر، تعطي فكرة جيدة ومسبقة عن صافي الأرباح، وكم المبيعات ، ومقدار نتائج الاستثمارات. وفي دراسة ل(جولمان) بيّن فيها أن تمتع الفرد بمهارات الذكاء العاطفي، له أهمية كبيرة في النجاح في العمل وبمستوى الأداء الجيد، كما أن نتائج العجز العاطفي تنعكس على العمل في انخفاض الإنتاجية، وعدم الالتزام بمواعيد إنجاز المهام الموكلة إليهم، وفي حجم الأخطاء والحوادث الحاصلة أثناء أدائهم لعملهم، ويخلص (جولمان) من نتيجة هذه الدراسة: أن التوافق المهني ناتج عن العلاقات المتبادلة، بين الفرد والبيئة الاجتماعية الذي هو جزء منها.

في دراسة لــ(ولف ودراسكت ،عام 2001م)، يؤكدان فيها أنه مع تزايد تطور الشركات والمؤسسات الكبيرة، وتبدل أساليب عملها وتركيزها على زيادة الإنتاج كماً ونوعاً، كان لابد من الاستعانة بالعمل الجماعي ضمن فرق العمل. وأكثر العناصر أهمية لتنمية الإنتاجية تكون الدرجة التي يتمكن بها أعضاء المجموعة، من خلق حالة من التوافق والتناغم فيما بينهم للاستفادة من مواهب جميع أفرادها.

أما جامعة(مانيلا) فأجريت على إحدى البنوك الآسيوية الكبيرة، أول دراسة للنظر في علاقة كل من الذكاء العاطفي والذكاء المعرفي بمدى النشاط والفاعلية والإنجاز في الحياة المهنية، هذه الدراسة أجريت على (100) خريج جامعي يعملون في المواقع المتقدمة في البنك، كان بينهم 56% من النساء ، و44% من الرجال، حيث أجرى كل موظف مقابلة خاصة مع المشرف على عمله، لتقدير مدى نجاحه في عمله. وقد أظهرت الدراسة أن هناك تناسب بين ارتفاع الذكاء العاطفي وبين النجاح في العمل، وقد أشارت هذه الدراسة إلى أن(27%)من النجاح في العمل يعود إلى تأثير العوامل العاطفية والتوازن الانفعالي ومهارات الذكاء العاطفي وحدها. وكلّ منا يلاحظ في السنوات الأخيرة، كثرت الإعلانات حول الدورات التدريبية، التي تقوم بها الشركات الكبيرة والمؤسسات الحكومية الضخمة، بهدف إعداد الإداريين من أجل تنمية مهاراتهم القيادية، وتعلم هؤلاء المتدربين للمهارات الأساسية للأداء الإداري الناجح ،ومجمل هذه المهارات تدور حول تنمية الذكاء العاطفي والاجتماعي لديهم، من أجل رفع مردود إنتاج الفرد والجماعة، دراسة (جان1997م) عمدت لتحديد أثر استخدام الذكاء العاطفي على

إدراك المديرين، لرفع إمكانياتهم القيادية، داخل مؤسساتهم، وهذه الدراسة أثبتت: أن سبب نجاح هؤلاء الأشخاص هو توظيف مشاعرهم في التعامل مع الآخرين، وفي تلوينهم للعلاقات الودية مع الموظفين. (هنري فورد) يعرض حقائق مدهشة عن موقف الصانع إزاء عمله الممل ويقول:

أنصار الإصلاح الاجتماعي، ومحبي الإنسانية في صيحتهم في وجه الملل القاتل الذي ينجم من حياة المصانع، إنما ينسبون إلى أصحاب المعامل بأنهم هم أنفسهم، السبب لمثل هذا الملل كما يرى (فورد) أن الأغلبية الساحقة من الناس تؤيد العمل الآلي المتشابه، الذي لا يدعو إلى إطلاق العنان للفكر والابتكار على غيره من الأعمال، الذي على المدرسة الذكية أن يكون حلمها هو تحضير طرائق للتفكير المبدع الخلاق. ومن خلال ما تقدم نجد أن الذكاء الأدائي يقصد به : المهارات الاجتماعية والشخصية التي تؤدي إلى أداء حسن في مجال الحياة العملية والمهنية ، بحيث يقوم هذا الذكاء على أرضية من الذكاء العاطفي ، حيث لابد للشخص من حسن التعرف على مشاعر الآخرين ليستطيع امتلاك القدرة على التأثير فيهم ، والذي يستطيع التحكم في مشاعره وعواطفه ، بحيث يصبح أقدر على التأثير فيهم ، والذي يستطيع التحكم في مشاعره وعواطفه بحيث يصبح أقدر على التأثير فيهم ، والذي يستطيع التحكم في مشاعره وعواطفه بحيث يصبح أقدر على امتلاك القدرة على المبادرة ولروح الانجاز والعطاء ، والدراسات المتخصصة في الذكاء العاطفي تشير إلى الأهمية المماثلة للذكاء العاطفي في رفع القدرة والكفاءة على الانجاز والنجاح

الفصل الثامن:الاضطرابات العاطفية وكيفية التدبر حولها

6- الاضطرابات العاطفية تعريفاً وتشخيصاً

عالم النفس التربوي الشهير "سبنسر" يقول : إن السلوك الذي تترتب عليه نتائج سيئة بالنسبة للطفل أو لمن يحيطون به ، أو لكلا الطرفين معاً ، فهذه النتائج هي التي تفسر تحريم هذا السلوك . فالطفل الذي يشعر بضرر هذه النتائج ، يعرف إذن لماذا يحتم عليه أن يبتعد عن هذا السلوك ، وإذا كان الضرر يصيبه هو بصورة مباشرة ، فإن الألم الذي يحسّبه سرعان ما ينبهه إلى خطئه ، أما إذا أصاب الضرر المحيطين به ، فإنه يلاحظ ردّات أفعالهم ، وهي ليست أقل دلالة مما قد يصيبه ...

في هذا الفصل أردت أن افتح باباً للحالات اللا سوية في النمو الانفعالي والتي ينتج عنها اضطرابات متعددة سنأتي على تفصيلاتها تباعاً ولكن بدايةً أبدأ بالتعريف بالمضطربين عاطفياً:

0. المضطربون عاطفياً أو سلوكياً :

هم الأشخاص الذين يعانون من حالة الاضطراب السلوكي أو العاطفي غير الملائمة لعمر الشخص الزمني و مجتمعه و ثقافته ، و هذا الاضطراب يؤثر سلباً في تطوره التربوي ، حيث تتأثر المهارات التربوية التي تشمل مهارات أكاديمية و مهنية و اجتماعية و شخصية .

و الشخص المضطرب عاطفياً يتمثل بأنه :

1. أن سلوكه أكثر من ردة فعل مؤقتة، ومتوقعة لوضع ضاغط في المحيط.

2. ظاهر بشكل ثابت في إطارين مختلفين واحد منهما على الأقل متعلق في إطار المدرسة.

3. لا يستجيب للتدخل مباشرة في التربية العادية، لأن وضع التلميذ يجعل التربية العادية غير كافية لمعالجة اضطرابه.

هذه الاضطرابات تشمل حالات فصام الشخصية وحالات الاضطراب الاجتماعي لاسيما منها حالات الاضطراب في التصرف المنافي للجماعة وحالات القلق.

هذه الاضطرابات جميعاً تؤخر وضع التلميذ الدراسي وتترافق مع صعوبات أخرى. كما أن ازدياد تشخيص حالات النشاط المفرط وقلة الانتباه في المدارس والعيادات بشكل شبه عشوائي. وبسبب الاهتمام بحالات النشاط المفرط وقلة الانتباه (ADHD).فازدادت الأبحاث حول أسباب هذه المسألة، أظهرت بعض الدراسات تأثير بعض الأطعمة التي تحتوي على مواد حافظة وسكريات في ظهور أعراض هذه الحالات، وهناك افتراض يقول أن الحساسية الناتجة عن بعض الأطعمة كالحليب يساعد في ظهور حالة النشاط المفرط وقلة الانتباه وتطورها.

2. من هذه الاضطرابات نذكر :

1) الاضطراب في التصرف: (Conduct disorder).

معظم ذوي الاضطرابات في التصرف يرفضون ما يطلب منهم، وهم أولاد يزعجون الآخرين بالضرب أو الصراخ أو الغضب.

2) العدوانية الاجتماعية: (Socialized aggression).

هي من مظاهر السلوك عند ذوي الاضطرابات في التصرف، حيث يبدأ التلميذ بالانحراف، يصبح شخصاً لا يحترم القوانين والقيم ويميل إلى السرقة والتشرد والمخدرات.

3) النشاط المفرط وقلة الانتباه: (ADHD).

هي أكثر الحالات التي تحال إلى العلاج النفسي بسبب ارتباطها المباشر بمعظم الصعوبات المدرسية في الولايات المتحدة يعاني (3_5 %) من التلاميذ الاضطراب الذي يسمى بالنشاط المفرط وقلى الانتباه.

وهذا الاضطراب يصيب الذكور أكثر من الإناث و هو يترافق مع صعوبات تعليمية واضطرابات عاطفية أخرى.

3. كما ينقسم إلى فئتين :

1) النشاط المفرط وقلة الانتباه (ADHD).

2) قلة الانتباه (ADD).

- النشاط المفرط و قلة الانتباه (ADHD): ويتمثل في كثرة الحركة /كثرة الكلام /قلة التركيز/عدم إنهاء عمله في الوقت المطلوب/الغضب السريع/ مقاطعة الآخرين وحب المغامرات/.

وهو عفوي التصرف، لأنه مزاجي وعشوائي في تصرفاته وهو غالباً ما يجيب عن الأسئلة من دون تفكير كافٍ.

و قد يكون اتكالياً إذ غالباً ما يهمل واجباته ويضيع أغراضه الشخصية.

- قلة الانتباه (ADD): الطفل ذو قلة الانتباه يعاني من:

1. فترات من الشرود وعدم التركيز في عمله.
2. ينسى و يضيع الأشياء.
3. يشرد بسرعة وهو بحاجة إلى المتابعة لإطالة فترة التركيز من أجل إنهاء عمل معين.

2 - أسباب نشوء الصراعات عند المضطربين عاطفياً

1. وفاة أحد الوالدين أو كلاهما.
2. انفصال الأبوين في حالات الطلاق أو الهجر.
3. القسوة في تعامل الأهل مع أولادهم (الضرب، الشتم).
4. عدم اهتمام الأهل بأولادهم.
5. تعاطي الأهل الكحول و المخدرات .
6. استعمال الأهل العنف الذي يؤدي في معظم الأحيان إلى انحراف أولادهم.

وهذه الصراعات يضاف إليها بالإضافة إلى الأمور السابقة عاملين أساسيين:

- الأسباب المدرسية :

بعض الأطفال يدخلون المدرسة ولديهم اضطرابات عاطفية سلوكية، لكن بعض منهم يزداد لديهم هذا الاضطراب بعد دخولهم المدرسة بسبب خبرات مدمرة تؤثر فيهم من قبل تعامل بعض المعلمين أو بسبب البيئة المدرسية فحين ينظر المعلم أو من يتعامل مع الأطفال للتلميذ بسلبية ويطلب منه أن يتوقف عن حركته في حين أن هذا الولد لا يستطيع السيطرة على نفسه فإن اضطراباته السلوكية تزيد.

أما حين يساعدوه و يشجعوه فهذا يؤثر إيجاباً في تطور هذا الطفل (Turnbull etal ،2001) ويؤدي الرفاق داخل المدرسة دوراً هاماً في تخفيف أو زيادة الاضطرابات العاطفية أو السلوكية عند بعض التلاميذ، فقد يأخذ التلميذ مثلاً أعلى له صديقاً سيئاً ويشتم ويغضب بسرعة، فيقلده بتصرفاته، مما قد ينمي الاضطرابات السلوكية عنده (Kaufman ،2001).

□ الأسباب البيئية:

بعض الأوضاع الاجتماعية والاقتصادية في المجتمعات مثل الحروب و الأزمات الاقتصادية وأعمال العنف وتفاقم الاضطرابات السلوكية داخل المجتمعات قد تنتج أشخاصاً يعانون من حالة كآبة أو قلق أو عدوانية اجتماعية.

وكذلك لا يخفى ما لوسائل الإعلام المرئية والمسموعة مثل أفلام العنف والأغاني فهي تؤثر في زيادة الاضطرابات العاطفية عند الأولاد.

كيفية تشخيص ذوي الاضطرابات العاطفية أو السلوكية:

هناك نوعين من الصراعات الذي يعانيه الأشخاص ممن لديهم اضطرابات سلوكية :

□ الأول هو الصراع البيئي و يتمثل:

1. الحركة الزائدة : /العفوية/عدم التركيز/العشوائية .
2. الضرب /عدم الاحترام/التهديد/التخريب/التكسير/العدوانية.
3. الاضطراب الاجتماعي: السرقة/المشاجرة/عدم احترام القوانين/عدم المسؤولية وتعاطي المخدرات.
4. الاضطراب النفسي: البكاء وضعف الثقة بالنفس/الخوف وعدم الترتيب والتنظيم.
5. ضعف المهارات الاجتماعية: عدم القدرة علة تطوير علاقات اجتماعية/محاولات التواصل الاجتماعي الغير ناجحة التي تؤدي إلى رفض الآخرين له.
6. الصعوبة الأكاديمية : المتمثلة بضعف التحصيل

□ الثاني هو الصراع الذاتي و يتمثل :

1. إيذاء الذات.
2. السلوك الغريب المتكرر.
3. الانعزال بسبب ضعف العلاقات الاجتماعية وعدم احترام الآخرين للشخص الذي يعاني من الاضطراب السلوكي الشديد.
4. القلق المستمر بسبب أي تغيير بسيط.
5. عدم اهتمام الآخرين به.
6. عدم القدرة على اللعب الهادف.

7. التأخر في النمو اللغوي.
8. التأخر في التركيز.
9. التأخر في تذكر الأمور الحياتية.

2- أسباب هذه الاضطرابات :

تتقسم الأسباب كالتالي :

1. أسباب بيولوجية.
2. أسباب عائلية.
3. أسباب بيئية.

A. الأسباب البيولوجية:

تمثل بوجود خلل في الجهاز العصبي، أو في ردود الأفعال الكيميائية في الدماغ، أو خلل في المورثات (الجينات) هنا سوف أشير إلى دراستي:

(Wills & Walker –1989) ودراسة (Ascitedin Haring -1994).

اللتين تشيران إلى تأثير تناول الأم الحامل للكحول و المخدرات على الجنين ، كما أثبتت هاتين الدراستين نشوء اضطرابات عاطفية أو سلوكية فيما بعد على هؤلاء الأشخاص دراسة.

(Snoringtied to adhb associated press، March، 2002)

تشير إلى تأثير التغذية والمواد الحافظة والسكريات في الحركة الزائدة، فحين يضطرب دماغ الولد وذلك بسبب نقص وصول الأكسجين إليه بشكل جيد في الليل يصبح هذا الولد مضطرباً وتزداد حركته في النهار.

B. الأسباب العائلية :

هناك دراسة عام 2003 لـ (Hallahan & Kaufman).

تؤكد على أهمية الأهل في تفاقم الاضطرابات العاطفية أو السلوكية أو عدم تفاقمهما، ونتائج هذه الدراسات تتأثر بجدلية العلاقات المتبادلة بين السلوك السيئ عند الولد وردة فغل أهله، فأحياناً يلجأ الأهل إلى معالجة الضرب بالضرب أو السلوك السلبي بسلوك آخر سلبي مما يزيد الاضطراب عند ولدهم.

و يرى المحللون النفسيين أن رفض الأهل لأولادهم و عدم اهتمامهم بهم يؤدي في بعض الأحيان إلى إحداث سلوك مضطرب عندهم .

- هناك ثلاث طرائق لتقييم ذوي الاضطرابات السلوكية :

1. تقييم النشاط الطبيعي للتلميذ في ظروف طبيعية، ومراقبة التلميذ في البيت وفي المدرسة.

2. تقييم النشاط الفعلي للطفل في ظروف تدريبية مدروسة من خلال /اختبارات الذكاء/اختبارات التحصيل/ اختبار لمهارات السلوك التكيفي المتعلقة بأمور حياتية/.

3- تقييم النشاط المسجل للتلميذ وذلك باستعمال المقاييس العلمية لرصد السلوك وجمع المعلومات من خلال دراسة ملفاته ومقابلة أهله ورفاقه.

تشخيص هذه الاضطرابات يتطلب تضافر عدد من المتخصصين كطبيب الأعصاب/الطبيب النفسي /المحلل النفسي/أخصائي القياس النفسي/أخصائي التربية الخاصة .

3- البرامج الوقائية و العلاجية المعتمدة في التعامل مع ذوي الاضطرابات السلوكية

هناك عدة برامج لابد من العمل بها للتخفيف و السيطرة من حدة الأعراض التي يتعرض لها الأطفال و التلاميذ ممن يعانون من الاضطرابات السلوكية التي تعيقهم عن تعلم السلوكيات الصحيحة التي لا بد من امتثالها للعيش بتكيف و سلام في المجتمع (مجتمع الأسرة و الشارع و المدرسة) ، و كذلك هناك برامج موازية لدعم الأسر و مشاركتهم في علاج ولدهم ممن ليه من مشكلة .

من هذه البرامج أذكر :

1) برامج السيطرة الذاتية :

التي تهدف إلى سيطرة الطفل على سلوكه السيئ و من تقنياتها :

برنامج التفكير بصوت ٍ عالٍ (Think aloud) الذي يركز على الانتقال عبر مراحل التفكير التالية للوصول إلى سيطرة ذاتية :

1. ما المشكلة.
2. كيف أسيطر عليها.
3. هل أستعمل خطى.
4. كيف كان أدائي (Selfmonitoring).

2) برنامج المراقبة الذاتية :

كأن يُدرب الطفل على مراقبة تكرار سلوكه السيئ بعدد مرات تكراره وذلك من خلال الاتفاق معه أنه كلما قلت تكرار هذه السلوكيات سيكون لديه سلوكيات

مكافأة تشعره بالرضى وتحفزه على متابعة برنامج الثقة بنفسه وبمن حوله ويزيده شعوراً بالمسؤولية.

3) برنامج المهارات الاجتماعية:

هذه البرامج ترتكز على تعليم مهارة التواصل/ المشاركة/ الحوار/أخذ الأدوار/.

4) برنامج الاسترخاء:

في هذه البرامج يركز على عملية التنفس لإرخاء عضلات الجسم والتخلص من الغضب و التشنجات الداخلية والوصول إلى تعلم السيطرة على الذات.

وتشمل هذه البرامج تمارين لشد العضلات معينة مثل اليدين و إرخائها/ الضغط على الأصابع ثم إرخائها/عضلات الرقبة و البطن والساقين/.

5) البرامج السلوكية:

هذه البرامج مستندة إلى الطريقة العلاجية للمدرسة النفسية السلوكية المعتمدة على تثبيت المثيرات لضمان الاستجابات المقبولة التي نركز عليها في كل فترة حسب أولياتها .

6) برامج حل الصراعات:

وهذا البرنامج شامل وله أربع مراحل وممن يركز على هذا البرنامج المحللون النفسيون لما له من فائدة قصوى في تخفيف القلق والاضطراب حيث هذه البرامج تعمد إلى حل الصراعات من خلال البحث عن جذر هذا الصراع متى ينشأ مع الأهل أولاً ومن ثم مع المعلمين وأخيراً مع الرفاق.

- البحث حول حلول لهذا الصراع:

أ- تطبيق واحد من هذه الحلول و مراقبتها.

ب- تقييم هذا الحل للوصول إلى الأفضل.

7) وأخيراً برامج العلاج الدوائي :

ولهذا البرنامج إقبالاً هائلاً لأن الأهل يعتقدون بسرعة السيطرة عن طريق الدواء على الأعراض التي تزعجهم مع ولدهم هذه الظاهرة لعلاج الاضطرابات السلوكية بالدواء هي ظاهرة أمريكية محضة ما يزيد الأمر تعقيداً هو عدم وجود اختبار حسي مادي لتشخيص الـــ(ADHD) إذ لا تكشف عنه صور شعاعيه ولا فحوصات دم/ ولا أي عملية مسح/ عملية التشخيص ما زالت فناً وعلماً في آن واحد. إن عالم تكثر فيه الحروب والنزاعات لأسباب سياسية واقتصادية

وعنصرية لابد من أن تزيد فيه هذه الاضطرابات والصورة التي تروّجها وسائل الأعلام المختلفة تعادل مظاهر العنف والقوة من خلال برامج الأطفال أو برامج الاستعراض والتعري والعنف ومثل هذه البرامج تشعر الأطفال بالخوف والقلق والغضب وقد تشحنهم بطاقة غريبة على العنف والتمرد.

إن معالجة هذه الاضطرابات أمر هام جداً لحماية المجتمع وتطويره لأن هذه الاضطرابات تقلق و تُشعر بعدم الأمان وغياب الاستقرار الذي يؤدي بالطفل وأسرته إلى تدهور في كل الأوضاع و العواقب في مثل هذه الأحوال الغير محمودة

4- الصحة العاطفية وقاية من الصدمات النفسية :

1- الصدمة النفسية من منظور التحليل:

في عصر تخطى الحداثة إلى ما بعد الحداثة، من أجل صياغة رؤى ومواقف جديدة من الذات والعالم، لابد أن يسفر التعامل بين الناس عن شكل إنساني جديد متحرر من أثقال النرجسية والمركزية، إلى شكل آخر من التعامل العقلاني المبني على الحوار، والتعامل مع الآخرين عبر المشاركة والمسؤولية. هذا العصر ثمته كما كلنا مدرك ومتلمس هو عصر التواصل عبر كم المعلومات الكبيرة، حيث أن كم المعلومات اليوم، لا سابق لها للتبادل بين الناس والمجتمعات. فالإنسان اليوم هو أمام مفضلة أساسية تواجهه من جراء هذا التواصل الميسر، وأما دخوله في حتمية العيش ضمن ثقافة عالمية متقدمة، هو في صراع مع ما يرغب وما هو مطلوب منه. وهذه المعضلة قد كشفها قبل هذا القرن فلاسفة وكتاب، من أمثال (بروميثوس) في كتابه "مأساة النار"، حيث يعالج فيها أن الإنسان مقيد بالحتميات مما يجعله مندفع في فلسفة داخلية مأساوية، وهذا ما وضحه (نيتشه) بأن الإنسان المأساوي هو الذي يسعى لتحقيق ذاته، ويرغب أن يكون متفوقاً، لا يقبل المساومة حراً من القيود التقليدية، التي تضعها المذاهب الأخلاقية والدينية. والموضوع الأساس لأزمات إنسان هذا الزمن المعاصر هو المواجهة بين حب الحياة وبين الموت بين الصراع الرغبات الغير محققة وبين متطلبات الحياة الواقعية وثقافة الاستهلاك وبمعنى أدق ثقافة الموت والحروب وسياق الحاجات. والناس عموماً بالتأكيد غير محبين لثقافة الموت، ولكنهم يمكن أن يتأثروا بمحبي الموت وقت الأزمات الصعبة ،فنجدهم ينهاروا تحت تأثير شعارات تخفي الهدف الحقيقي للتدمير والحرب، ولكن فلسفة التحليل النفسي توضح كيف أن اكتشاف عناصر حب الموت وعناصر حب الحياة، التي تكمن في داخل الفرد الإنساني وتجعله يبتغي انتصار حب الحياة على عدوه الموت، وبذلك تكون الثقافة المعاصرة مجسدة لحضارة متطورة تكنولوجياً، يتباهى بها الإنسان المعاصر، وتجعله بذلك يرضى بتقديم التضحيات الكبيرة تمسكاً بسعادته التي يبحث عنها.

فرويد رأى الإنسان يتجه أكثر فأكثر نحو قمع الرغبات وهو الأمر الذي يشكل سبباً أساسياً لمصاعب الحضارة الحديثة نفسها وبالتالي مصير الإنسانية سيظل مأساوياً. فقد كشف (فرويد) عن الموقف المتأرجح عند الطفل تجاه الآباء وحسب (دوركيهمار) أن الطفل اليوم في المراحل المبكرة من تطوره لا يزال يكشف عن تلك المشاعر ذاتها من الكراهية والحب تجاه الأب التي كانت قد شكلت (عقدة أوديب) لكن الطفل اليوم يكتشف في فترة مبكرة أكثر أن الأب لا يملك السلطة والقوة الكافية كي يحميه من مختلف المصاعب ومن أجل البحث عن هيبة الأب فهو لا يسعى إلى جعل ذاته متطابقة مع الأب الحقيقي له بل يتباهى مع الأكثر قوة الأب الرمزي القوة أو الصورة التي خلقتها الإيديولوجية الشمولية، في هذا الاستيعاب للعلاقات المتبادلة بين الطفل والوالدين، يحاول الكثير استقصاء منابع ظهور التسلط والفاشية. فالعالم الحديث يبدو فريسة لتوترات متواصلة حيث أن الحياة العاطفية والشخصية وكذلك الحياة الاقتصادية، لا تجوز المجازفة بها بل يجب البحث عن توظيف مضمون لعيشها والعيش بها، بحيث يصبح المثل الأعلى هو البحث عن الأمان، إذ أن الموت المبرر يتيح للآخر أن يقدم تفسير له ويقدم بذات الوقت الوسيلة لتفاديه أو التغلب عليه، كما نعدّ به اليوم الخطاب العلمي الذي يعالج الموت كمرض يصيب الحياة والحضارة الغربية مع ثورة التقدم العلمي والطب يتجاهلون الموت وهو عندهم مستبعد ومستنكر ويسجل ضمن لإيديولوجية تتمحور حول عبادة النجاح والإنسان محكوم عليه باستهلاك أقصى ما يمكن من الملذات الوجودية وإلا حياته تخلو من المعنى الحقيقي موت الآخر يعكس موت الذات مسجل في اللاوعي عند كل فرد منا ومتاح للتحليل والتمثيل كما أن وعي الطفل للموت يأتي من خلال والديه عبر الهوام وذلك عبر موت الأب الرمزي الحدث الذي بداخله مفعول الصدمة التي تغرق الطفل في حالة من الإحباط ويشعر بكونه متروك لوحده مهجور حيث أن التخيل يأخذ مفعول العقل عنده، إذا لم يأتي من الكبير شيء يبدد هذا التخيل، فيأتي متطابق مع أمنية مكتوبة، حيث أن خسارة شيء يشكل جزءً من الأنا بفعل التماهي والتوظيف، وهذه الخسارة أساسها الألم والحزن المحسوس بهما، كما أن هناك بالمقابل شعور بالإدانة وظهور هلع مجهول الأسباب، يعزى لتراجع التوظيف اللبيدي الذي يتم دون ردة فعل، لأن الفرد يعرض نفسه عبر الأنا المثالي كموضوع لهذا التماهي الذي يتلقى الكره المكبوت في الماضي. ولما كان لا وعي الإنسان يعمل وفقاً لمبدأ اللذة

أي أنه بموته الذاتي يتصرف كما لو أنه خالد لا يموت، في حين أنه بالمقابل يتقبل موت الآخر وهو لا ينفك يريد استبعاد وإزالة كل شخص يفرض عليه الالتزامات ومضايقات حتى ولو كانت لا قيمة لها . ولما كان اللاوعي غير موجود بدون اللغة على حسب (لاكان) فإن انشطار الأنا يكون متاخم لولادة اللغة عند الأطفال وولادة الذات من اللغة، وهذه تكون البداية التي تحدد نمو الذات ضمن منظم الدوالي حيث أن:

- الدال رقم واحد يسقط في حكم الكتب إذا ما تبعته اللاشعور اللاوعي.
- دال رقم (2) يكون هو بمثابة المكبوت المؤسس لها.
- يرتبط به من دوال أخرى أي انطلاقاً من الدال رقم (2) المجاز الأبوي المرجع الأساسي لنقصان الأم، المتمثل برغبتها في الفالوس الدال رقم (1).

وهكذا يصبح الخط الفاصل بين دال اثنين ودال واحد على خط تماس، في نفس الوقت الذي يعبر عن استحالة فراقها أو بالأحرى جمعها، وبذلك يجد الطفل أن الصورة الأولية للتماهي التي نصبتها النرجسية في علاقتها البدائية مع الأم مرتهنة بالمجاز الأبوي كنقصان أساسي يدخل في تكوين اللاشعور.

وتكون كل تسمية للأشياء تعبر عن رغبة تنبع من نقصان، لهذا الوجود الذي أصبح حكم المنفصل عنه يؤسسه ويكونه على غير علم منه في كل نطاقاته، أي من خلال الانتظار في الذات الناجم عن دخول اللغة، يكون تكون النواة الأولى للمكبوت الأساسي. حيث أنه لا يغيب عن الذهن بأن/الفالوس/مرتبط برغبة الأم ورغبة الطفل هي من رغبة الآخر (الأم) أي الفالوس الذي هو أساس العلاقة بين الطفل والأم، ويأتي دخول الأب على الخط بمثابة عملية قيصرية لإجهاض هذه المعادلة "طفل= فالوس" لكي يجعل النقصان عند الأم إلزام الطفل عند الطفل ويسقط من حسابه استمرارية هذا التكامل، فيصبح القضيب بمثابة نقصان مطعم بدافع الخصاء في تكوين اللاشعور.

وبحسب تعريف "لاكان" للغة بأن الذات لا تسبب اللغة إنما اللغة هي السبب في تكوين الذات فأي تصور لذواتنا وبأي شكل نريده أو نتمناه ليس إلا تصوراً لغوياً هي كتابة عن سلسلة لغوية لدوالي متشابكة فيما بينها ضمن النظام اللغوي المتمحور حول الاستعارة والكتابة ولأن أي دال لا يجد معناه إلا إذا ارتبط بالدال الذي سبقه وبالدال الذي لحقه وبذلك تكون الذات مجرد أن تجدوها في دال معين تغيب لتظهر في دال آخر. ويتجلى ذلك في مرحلة المرآة التي تعتبر النواة الأساسية، التي تتكون منها الأنا من خلال اكتشافها يدرك الطفل، أنه موضوع منفصل عن أمه في البداية كان يعيش في مرحلة اندماجية في جزء من جسد الأم (الثدي) خلال مرحلة الإرضاع، إذ يدرك من خلاله كلية الأم فيتعمم حبه من الجزء إلى الكل. وتصبح العلاقة بينه وبين الأم علاقة ثنائية تتحكم بها المخيلة في كل محتويات الثنائية من سادية إلى مازوشية من عدوانية إلى حب اندماجي ومن الطلب المطلق إلى اللا شيء بحيث يصبح الطفل شديد التأثر بالتغيرات التي تحصل عند الأم والتي تنعكس عليه مباشرةً، ونظراً إلى أنه حبيس هذه العلاقة المنظورة والتي تتمثل بثنائية اندماجية، حيث أن مفهوم استقلالية الأنا الذاتية تشير إلى استقلال الجسد وما يملكه عبر وجوده في هذه المرحلة، ويمكن بذلك للطفل من إدراك هذه الذات عن طريق الترميز أي إدراك الآخر، بأنه تجسيد

عبر نطاقه فهذه الصورة التي تشملها النظرة في حالة متكاملة، لتكوينه هي النقيض بعد السيطرة على حركاته سيطرة الطفل على حركة أعضاء جسمه (المشي، الخروج، الأكل المستقل) لأنه لم تبلغ بعد النضوج العصبي اللازم، وأهمية هذه المرحلة تعود إلى كونها توُلد لدى الطفل صورة مثالية مرئية لذات ناقصة لم تكتمل من الداخل فهي بمثابة حدث مسبق للنضوج الفيزيولوجي يأتي عن طريق الدماغ والتفكير ويجعل الطفل يتطلع للمستقبل بأمل شديد لتحقيق هذه الصورة التي شكلها عن ذاته في عيون الآخرين. وبمراقبتنا لطفل في هذه المرحلة نجد أن المواضيع التي تكون أناه مستمدة من الآخر سواء أكان شبيهه من الأطفال الذين يقاسمهم ألعابهم أو من الراشدين حيث هو مأخوذ بهم نظراً لتفوقهم واكتمالهم الجسدي فمجموعة هذه التماهيات الخيالية تكون الأنا في منطلقها نحو التعريف والتحديد والخروج من استلاب المتخيل لدخول عالم الرمزي أي اللغة بكل مسمياتها. كما يقول (لاكان) : مأساة الذات في الفعل تكمن في أنه يبرهن بها عن نقصان في وجود ، حيث أن إدراك الشخص لذاته لا بد أن يمر من هذا النقصان ووفقاً (لاكان) دون علم منه عما كان يحركه من الداخل وبالتالي تسير الأمور تبعاً لتطور الطفل في امتلاك التعبير المنطوق نجد أن ما يختص بنقصانه لا يستطيع الآخر أن يجيبه عنه بصمت هذا الصمت النابع هو أيضاً من نقصان في ذاته فالأم مثلاً لا تستطيع أن تلبي كل طلبات الطفل وهذا ما يجعله يدرك أنها ليست مطلقة في قدرتها فيتبدد عنده حينها وهم كان مأخوذ به من قبل عن القدرة الفائقة لهذه الأم الكبيرة.

لذا فإن الذاتية للأشخاص تبدأ من هذه المرحلة (مرحلة المرآة) من اكتشاف الطفل لصورته في الوهلة الأولى بحيث يعتبرها آخر يداعبها كما يداعب طفلاً شبيهه يبكي إذا بكى ويضحك إذا ضحك ويحاول أن يسيطر عليها يغيب الصورة ويحضرها بغية امتلاكها والتحكم بها وهنا لا بد من تدخل الآخر (الأم) للتعريف عنها فهي صورة مرئية (موجودة) تعرف عنها فيتماهى بها ولا يتم ذلك إلا بواسطة الآخر وعبره بحيث هذه النظرات من الآخر (الأم) هي المعرف المتبادل عن وجود هذا الطفل فعندما يعرف أن الآخر قد عرفه معنى ذلك أنه تم الاعتراف بهذه الصورة التي تشكل ذاته.

وهذه العلاقة مع ذاته تصبح مضللة كلما توغل في التعبير الكلامي لأنه يدرك أن الكلام يعني أكثر مما يطلب فطلباته الملحة نحو الأم ليست إلا دليلاً على ذلك لأنها كلما لبت طلباً كلما زادت الحاجة في طلب آخر فيصبح في حيرة من أمره لأن طلبه النهائي هو طلب حب واعتراف اعترافاً بالنقصان هو ما يجعل لوجوده مغزى ليكمل هذا النقصان عن طريق اللغة فيصبح بالتالي التعبير الزائد عما يحدده الطلب ويشير إلى المكان الذي ينطلق منه وهو الطلب اعتراف بوجوده كما هو تعريف عن هذا الوجود ونتيجة دخول الطفل عالم اللغة لا يجعل الذات في حالة في الأنا كونها الوسيلة بينه وبين الآخر فهو لا يستطيع أن يعبر

عنه إلا من خلال الكلام المتداخل بحيث يصبح الكلام يوماً بعد يوم ينطق بمعرفة كانت مجهولة من قبل.

من خلال هذا الوجود غير الواضح لا تجد الذات سبيلاً للتعريف عنها إلا عن طريق الكلام حيث أن النواة الحقيقية للكلام حصلت عبر مرحلة المرآة أنا في عيون الآخر حيث أنها انتقلت الذات بذلك من الفوضى الممزقة إلى التماهي المرئي في صورة المرآة. وهذه الصورة لا تتمون بالتأكيد إلا عبر الآخر الشبيه لنا لأن الطفل في البداية لا يميز كم أشرنا بينه وبين صورة طفل آخر شبيه بل يدرك نفسه بمقارنة صورته مع الآخر الكبير المختلف وهذه الصورة في النهاية له بالمقارنة مع الآخر الكبير وهي التي تجعله يدرك شبيهه وتجعله في مرحلة لاحقة يدرك صورته النهائية التي تتمايز عبر التماهي مع الأنا عند الآخر الكبير وذلك يحصل بالتأكيد عبر المخيلة لأن الصورة الأولى والصورة الثانية لأمه لا يمكن أن تدرك إلا بدخول طرف ثالث يعتبر مرجعاً رمزياً وهو الأب تفك بذلك رموز الكلام ويصل المرسال إلى إجلاء غموضه وهذا المكان الرمزي يتمثل في خلفية الأنا المتكلم وفي ما بعد الأنا الموجه إليه الكلام . وهذا ما يحدده لاكان في الحقل الرمزي بالآخر الكبير كمرجعية ثابتة لاحتواء المعرفة الحقيقية (معرفة الذات).

كل ما تقدم عرض له للإشارة إلى حقيقة نمو الذات الفعلية عند الشخص التي تعرفه بحدود وتجعله يدرك الاختلاف عن الآخر وما ينقصه وبالتالي تنمي التعبير لدليله ليكمل نقصانه أو حاجاته واضطراب وظائف تلبيه هذه الحاجات هو ما يسبب الحدث الصادم الذي ستفرد له صفحات فيما يلي:

حيث أن الصراع الذي يحكم حياته الفرد بالفشل أو الإحباط ومن ثم يكون عرضة للصدمة العاطفية هو نزاع رغباته مع حاجات المجتمع.

المحلل النفسي الكبير (محمود محمود) وهو من أوائل المحللين النفسيين العرب يقول أن العقل الإنساني كما أثبتته دراسات كثيرة مركب شديد التعقيد فهو كالبحر الضخم سطحه يمثل ما نسميه العقل الواعي بينما يمثل الجزء الأكبر المستتر من الماء العقل الباطن اللاشعور.

ويكمل (محمود محمود) بأن لما كانت الطبقات الدنيا من الماء لا تفتأ تختلط بالمياه الطافية فيغير لونها وحرارتها وكذلك الحال بأن الطبقات السفلى من اللاشعور لا يخفى أثرها بالتعديل والتبديل في أعمالنا وأفكارنا التي تعقبها.

ففي الحقيقة الأولى التي تلي الولادة مباشرة تزعزع التنظيم النزوي الذي يؤمن للطفل شبكة الاتصالات بينه وبين العائلة والمجتمع.

ومنذ (أوتورانك) المحلل النفسي الذي ذكر الولادة كصدمة منشئية وبعد استقبال حسن في البداية لهذه الفكرة تحول فرويد ليشكك بها حيث يقول في

كتاباته الأولى أن العامل الوحيد الذي يمكن الاحتفاظ به من صدمة الولادة هو انطلاقة الهلع لأول مرة باعتباره يتجاوب مع آلية فيزيولوجية مرضية لأن خطر الولادة لا يحتوي على أي مضمون نفسي أي لا وجود لأي دالة كي نسميه (الصدمة السابقة للغة). اعتقد (فرويد) بأن الصدمة السيكولوجية تحدث على أثر اختراق للغلاف الواقي من الإثارة عندما يبلغ الحافز المثير عتبة زخم تتجاوز وسائل الحماية وهذا هو الحال في عملية الولادة حيث أن الوليد فجأة يعرف بالإثارات البالغة الآتية من الخارج والداخل حيث قطع حبل السرة يطلق عملية الاختناق والانعكاس الشرطي التنفسي .

(جويس ماك دوغال) أعادت تكوين البنية النفسية لدى الرضيع إلى المرحلة السابقة للولادة أي مرحلة الجنين المحكومة بتأثير اللاوعي الوالدي المزدوج على مادة الجسم– النفس. (جويس ماك دوغال) ترى حالة أولية تعود إلى المجال الذي يسبق النطق وهي بذلك تعتبر أن العلاقة الأولية بين الأم والطفل لا تقتصر على الكلمات والجمل فهناك زيادة على أنا جلد (ديد يو، آنزيو، أنا تنفس وأنا عضلي) وهذه الدالات هي التي تسمى الدالات السابقة للنطق مما يتوقف مع الدال السابق للغة. (لا بلانش وروز ولاتو) تتميز عندهم الدوال السابقة للنطق بإقناعها عن الكبت الفرويدي وإذا كانت غير قابلة للكبت فذاك لأنها موجودة قبل اكتساب اللغة وأن استعصت على الرقابة بسبب صدمة مبكرة فإنها قد تعصى بعنف بالنفس الحيوانية فتسبب بالتالي الكوابيس والهلوسات والأمراض الجسدية فالأمر هنا يتعلق بإقامة اتصال سابق للكلام. في حالة الصدمة يحصل طوفان عاطفي انفعالي رعب من الغوص من العدم خوف الابتلاع من التفزيع من الامتصاص ومن أجل التغلب على هذه الصدمات المبكرة التي يفرضها اللاوعي الوالدي المزدوج حسب (جويس ماك دوغال)، لأن الوليد يحمل على إقامة بناء استيهامي من نوع شبعي– إدماني، يوجد ليؤمن للطفل بقاءً نفسياً بها وإلا يكون الموت والانعدام من أهم مفاعيل الصدمة المبكرة ، التي تعفي الوساطة بين النفس وبين ما هو سابق على النطق، وبذلك يحدث الخلل في التوازن النفساني كما تخلق قطعاً في الرابط العاطفي، الذي يؤمن علاقة الاتصال الدائم بين النفس والجسد. (لاكان) يؤكد بأن اللغة هي الأداة الوحيدة للعمل في المعالجة ولا شيء له وجود خارج اللغة وبالتالي تشكل اللاوعي وصول الذات إلى اللغة وليس العكس . ظاهرة التكرار تبدو أحد الأوجه الأكثر تميزاً في الاضطرابات الذاتية العقب صدمية، التي تلاحظ على مستوى الحلم والعرض وحتى في عملية الاستذكار أو الاجترار، ومنطلق كل هذه التجليات هو السيطرة النسيانية لعامل الصدمة . فيعيد وما كان عنفاً في الخيال إلى التمظهر بشكل هوام قديم ، بحيث يستوعب البنية المتماسكة للذات بفضل عملية الترميز، وبالتالي فالظاهرة التكرارية تبدو هنا ليست خاصة بالحادث الصادم ، فمثلاً الطفل حيث يكرر اللعب بلعبة ما في بعض الأحيان من مراحل نموه، يرجو من ذلك توفير مزيد من اللذة، إنه حقل

ينفتح على النشاط وعلى الإبداع فيكرر الطفل أفعاله ويفرضها على الآخرين .

يفسر (فرويد) ذلك بأن الطفل لا يكرر عبثاً أي أمر بل أنه يسعى بهذا السلوك إلى تحقيق عمليته الأولى في الترميز وإلى التخلص من الأسر الخيال لحضور مستمر ودائم هو حضور الشيء ذاته أي للهو دائماً أو هو غائب بشكل دائم وهذا ما كشفه (جاك لاكان) عبر مرحلة المرآة باعتباره مأزق نرجسي . حيث أن توالي الغياب والحضور لهذا الشيء لا يتيح له التخلص من هذا الشيء الذي هو ذاته والذي من شأنه أن يدوم تحت شكل الغياب المستمر أو الحضور المستمر يدخل الشخص في حقل الزمن الذي يسير باتجاه واحد دون عودة والشيء المفقود الضائع الذي لا يمكن إدراكه وإدماجه في هذا الترميز الأول إلا بتتالي الحضور ضمن قاع من الغياب غياب الشيء الذي لا يعود كما هو وكل بديل لا يستعمل إلا كتأكيد لهذه الخسارة .

يوضح (فرويد) معنى التكرار(مبدأ التكرار) في العمل العيادي التحليلي كما يلي: إن التحول بين المتحلل والمحلل يخضع لهذا المبدأ فالمتحلل يكرر ليس فقط ما سبق وعاشه أو ما ينسيه بل يكرر بشكل خاص الهوام الذي يجد فيه الغرض موته هذا التكرار يتحقق بشكل لولبي أي ضمن دورة لا تعود إلى ذات النقطة التي تبدأ منها والبعد بين الدورة الأولى والثانية يدل على تقدم المتحلل في العلاج والاقتراب من النواة المركزية للهوام الصدمي وهذا لا يتم إلا بحركة متقاربة تكرارية حيث تتميز كل مرحلة بخسارة شيء من تماهي الوظيفة الخيالية للانا فإذا كان للتحويل وظيفة متميزة خاصة فذلك يعود إلى هذا الإخراج التكراري الذي يمكن الوضع الذاتي بعد تفكيك التجاهل المضلل للانا من كشف النقاب عن الأنا الأصيل فالتكرار حسب فرويد حدثاً تكوينياً بنيوياً يتركز في ما بعد مبدأ اللذة ، حيث يجعل من إصرار التكرار مبدأ عام يتجاوز مبدأ اللذة. وهناك أنواع مختلفة للصدمة النفسية قد تكون متكونة نتيجة زراعة العقد النفسية في الطفولة كما يعبر عنها د. زكريا إبراهيم وهذه العقد النفسية كما يراها ما هي إلا إصابات نفسية نظراً على البناء العام للشخصية نتيجة ظروف خاصة اقترنت بها المرحلة الأولى من مراحل الطفولة . يقول (فرويد) أن عقدة أوديب هي العقدة الوحيدة الأصلية في حياة الطفل أما العقدة النفسية حسب (يونغ) هي في العادة وليدة بعض الصدمات والأزمات أو الأحداث الدرامية أو غير ذلك من مصاعب الحياة.

(بودان وجاك لاكان) تحدثا عن عقد الدخيل غير الأخوية هذه العقدة التي تتولد في نفس الطفل بسبب التنافس والبغض الذي قد يقوم بينه وبين أخيه الأصغر (عقد قابيل). والتجارب السيكولوجية العديدة تثبت أن الصدمة النفسية والعقد النفسية تتولد من انقطاع الثقة بين الأم وطفلها وبالتالي فإن مشاعر الأمن وثيقة الصلة بتوافر محبة الأم واستمرار رعايتها للصغار تجعلهم أكثر مقدرة على التعامل مع المواقف الصعبة وأحداث الحياة بنجاح وبالتالي فإن تطوير هذه

المهارات الأساسية في التعامل مع الأحداث الطارئة التي تقتضي تدريب الأشخاص من الطفولة ليكون الطفل منفتح على الآخرين متسامح ومتفهم بآن واحد مما يساعد في نجاحه في الحوار معهم وتطوير أساليب التعبير لديه وهذا من أهم مقومات المرونة النفسية . كذلك تدريب الطفل على الاستقلالية منتظماً في حياته ومسؤول كما تجعله حر في اتخاذ قراراته لأن هذه الاستقلالية تمنحه الحرية والحرية تتضج الخبرة من خلال شعور الشخص بأنه غير محاصر برأي أو بكلمة أو بشخص يعتني به بل هو يبذل كل جهده ليساهم في حياته الجماعية وفي المقابل إن إجبار الطفل على القيام بعمل ما لا يريده أو استعمال القوة والقهر مع الطفل لإرغامه على السلوك معين لا يجلب معه إلا الكبت الذي يتحول إلى أزمات نفسية وعاطفية عندما لا يقدر الشخص على تحمل هذا المكبوت ، ولا شك أن أساليب التربية القمعية تؤدي إلى نتائج خطيرة مثل:

1. تتعرض علاقة الطفل بوالديه للتوتر مما يعيق نموه العاطفي الذي تتم تغذيته عبر التواصل بوالديه .

2. أسلوب القسر العاطفي يخرب من ثقة الطفل بنفسه فالشعور الدائم باللوم وتأنيب الضمير أو الشعور بالخوف المتكرر أو الشعور بعد القدرة والتأثير كلها أمور تعيق النمو السليم لثقة الطفل بنفسه.

كل هذه الأساليب قد يتعرض لها الأطفال في حياتهم، وتكرارها هو ما يسبب الصدمة العاطفية، بالإضافة إلى تلقيهم لنصائح كثيرة تغرقهم في الإحجام، كما يريدون التعبير عنه بحيث تجعلهم لا يظهروا الحقيقة مشاعرهم حول ما مروا به، فقد يربى بعض الأطفال على عدم السماح لهم بالشكوى أو البكاء، لأن البكاء لا يليق بالرجال في المفهوم الشعبي العام.

وهناك بعض الأمهات والآباء، لا يهتمون إلا بما هو ظاهر من السلوك عند الطفل ، فلا يعطون أدنى انتباه لمشاعره و أفكاره و أحاسيسه، ويمرّ به من حالات الشعور بالإحباط أو خيبات الأمل أو الغضب أو الخوف، أو عدم الشعور بالأمن ، وكذلك عندما ينجح الطفل ويتفوق ، لا يرى اهتمام والديه ، فيخيب أمله في والديه ، ويصاب بالإحباط في ظل أسرة لا تقدّر قيمة الثواب والتشجيع ويفقد احساسه بمكانته بين أفراد أسرته ، كما يفقد الاحساس بحبهم له وانتمائه إليهم وبذلك يصبح هؤلاء الأطفال فاقدين للحساسية الاجتماعية ، فيعتدون على حقوق الآخرين . كما أن بعض الآباء، قد لا يرتاحون لسؤال الطفل عن مشاعره، وعواطفه، كما يندر أن يتحدث الآباء أنفسهم عن مشاعرهم أمام أطفالهم. و من الصعب في حالات كثيرة أن يقدر الإنسان على الاعتراف بالقول أنه بحاجة إلى محبة الآخرين، كما يصعب علينا الإشارة إلى نقاط الضعف فينا أمام الآخرين، ومن الصعب أيضاً، علينا الاعتراف بمشاعر الكره والعداء للآخرين، حتى لو كان استيائنا منهم، يصل لحد كبير، وبالتالي يكون فهم مشاعر الآخرين أصعب

علينا من البوح بمشاعرنا، هكذا تصبح ظاهرة كتم حقيقة المشاعر والعواطف، والتظاهر بعدم شعورهم بشيء بسبب انتقاء التعبير الانفعالي هو السلوك الغالب في مجتمعنا.

حيث أن تكرار تجارب الإحباط في البوح بأمر مزعج للشخص لغيره، وما يتلقاه من جراء ذلك من انزعاج وألم كل ذلك، يمنعه من التعبير عن عواطفه المباشرة على مدى تجاربه الحياتية المختلفة التي يعيشها ، وهذا لا يتم بطبيعة الحال بدافع من آليات الوقاية والحماية الذاتية، لذا تصبح هواجس الأشخاص منصرفة للإبقاء على مسافة حماية تفصلهم عن الآخرين. مما يبعدهم عن العيش بعفوية واسترخاء، وبالتالي يحرمهم من التفكير المبدع، رغم كون طاقات بعضهم متميزة. وعلى الرغم من الفوائد الجمة للآليات الدفاعية النفسية، التي تؤدي إلى عدم التفاعل مع العواطف المحيطة بالشخص، منصرفة عن الناس المحبين والعطوفين الآخرين بالمقدار، الذي يفصلهم به عن الأشخاص الذين أهانوهم بلا رحمة، وبالتأكيد أن هذه الحالة إن طالت تحجب عن الشخص مشاعر المحبة والأمن والسرور والأمل ، لأن ما يفصلنا عن الألم و المعاناة يصبح فاصل لنا عن المحبة والمتعة ، وللخروج من هذه الأزمات العنيفة، لابد من التذكر المستمر لهذه الأحداث، والحديث عنها لمن يستمع إليه ويتعاطف ويشجع، ومما يخشى منه في حالات كثيرة، أن تصبح سوء معاملة النفسية والعاطفية سراً من أسرار الشخص في الإطار الذي يتلقى فيه الإساءة، مما يجعل من العسير شفائه لأنه يصبح غير متمكن من تجنب الناس الذين يوقعون به الأذية، مما يجعلهم عرضة لسوء معاملة أشخاص آخرين. الدكتور(مصطفى الشرقاوي) أستاذ الطب النفسي في الجامعات المصرية يقول أن التعرض الزائد للعنف يضرّ بالتطور العاطفي للأطفال ولا يقتصر هذا الأثر السيئ لمشاهدة العنف على برامج التلفزيون، وإنما يمتد إلى المشاهد العنيفة الخاصة بالحوادث والحروب والكوارث الطبيعية تتخلل بنشرات الأخبار. والتعرض الزائد للعنف واستجابة المخ للبيئة الطبيعية المحيطة به، في إطار التعود على السلوك العنيف وتوقعه مما يغذي التوتر النفسي والاضطراب الوحداني للأطفال ولا يقف الأمر عند هذه الحدود على ضرر هائل يتعداها إلى التعود على العنف بل تسهيل اقتراف العنف ويزيد من قوة هذه الاتجاهات هو ميل الأطفال الصغار لتصديق ما يرونه دون التفرقة بين الحقيقة والخيال والتمثيل فمن يقتل في برنامج تلفزيوني مثلاً "لا بد أن يموت فعلاً، والدم المراق في البرنامج يملي كل معاني وآلام الجروح الحقيقية ونزيفها عند المشاهد، وآثار هذه المشاهد على الأطفال تزيد من معدل الخوف لدى الطفل وفقدانه الثقة بنفسه وبمن حوله، ويخلق لديه رد فعل مباشر وعنيف لحماية نفسه من أي سلوك غير مقصود، ويكون لدى الطفل حالة من تلبد المشاعر واللامبالاة، خاصة إذا تعرض للعنف بطريقة عشوائية ومتكررة. والموت على الشاشة يتحول إلى عملية داخلية ملازمة لمسار نزوة الحياة بالذات، التي لا تتوقف منذ البداية إلا ببلوغ هذه الغاية فنزعة الموت عند (فرويد) تساوي نزعة الأنا (نزعة الحياة)

ونزعة الحياة تساوي كما يراها فرويد أيضاً نزوة الجنسية. أما في المنظور الثقافي والخرافة والدين الحياة هي نوع من التصور يحيل الذات إلى توظيفاتها الداخلية والخارجية ذات الطابع الاجتماعي والعائلي والمهني والعاطفي، فمن هذا المجموع يتشكل كيان الذات، وكل فراق بالتالي يعادل خسارة الحياة. وبذلك يكون المجهول بذاته هو مصدر القلق والهم، لأن الذات تخشى أن تجد نفسها في مكان، ليس فيه أي تعرف يشهد لها على وجودها في مكان يضيع فيه كل مرتكز، لأنه خارج التصور أو خارج الاعتراف الرمزي. وبذلك يكون الأمر المسبب للصدمة هو الصفة غير القابلة للتخيل من جراء بزوغ الواقع المستحيل كبديل، مما يضفي عليها صفتها غير المعقولة كونها تجعل الواقع أمراً غير ممكن، عصي على كل وساطة رمزية في الميدان التحليلي، أثناء عملية الانتقال أو التحول في العلاقة التحليلية، لا يكتفي المحلل بتكرار الوضع بل يخلف منه أوضاعاً أو أحوالاً جديدة بشكل ابتكاري خالص، وهذه الأحوال الجديدة تندمج وتشكل قصته الذاتية، إنها عملية إعادة كتابة تاريخه هذا الانتقال عندما يحدث يكون له مفعول صدامي، إن عملية الترميم تقوم على معرفة هذا المفعول إن الرضة تذكر الذات في التأويل، أولي بأنها مديونة للحياة بشيء ما، والإنسان ميال إلى التناسي بأنه مدين بموت ما لهذه الحياة التي يعيشها. والصدمة النفسية بنظر(فرويد) ليست حدثاً عارضاً بل هي بالتمام السبب الأساسي في علم الأمراض الهستيرية وهذا المفهوم يمكن سحبه على كل الأشكال العصاب، واعتبر أنه يوجد علاقة مباشرة وعلاقة سببية بين العرض المرضي والعارض الصدمي. لقد بين أثناء الممارسة العلاجية كل الأعراض الهستيرية تزول دونما رجعة عندما تنجح في كشف وتوضيح ذكريات الحادث الصادم المسبب لها. (فرويد وبروير) استخلصا بذلك عملية التفريغ عن طريق الكلام المقرون، بالتأثر الموازي له بل واستطبابي على المرض، إذ يكفي إعادة تمثيل المشهد الصادم في الوجدان، ثم صوغه كلامياً حتى يشعر المريض أنه تحرر من ثقله. فاللغة تجد لدى الكائن البشري معدلاً للفعل يمكن بفضله تصريف الانفعال بالشكل نفسه تقريباً، والقول: بمكانة الفعل المسار الوحيد لعملية التحليل النفسي هذا التفريغ الذي يشكل الطريق إلى الشفاء، لا يمكن أن يحقق إلا عندما تتوصل الذات إلى التغلب على ضواغط كبتها. (فيرنتزي) قدّم خلال (مؤتمر بودابست، 1918م) لأي متكامل عن التناذر العيادي، المتمثل بالإحباط الأرق الوسواس المرضي الحصر اللا تسامح الغضب فرط الحساسية سوء التكييف، وهذه تعود لأسباب تترجم عن نفسها بفرط توظيف اللبيدو على الأنا، مع كل ما يتتبع ذلك استغواء نرجسي ملحاح في طلب الحب إشباع النزوات الطفولة الزائفة الشاذة، وهذا التناذر الصدمي المتأخر لا يحدث إلا عند أشخاص من ذوي الاستعداد النرجسي الهش، الذين كانوا مصابين وبغير علم منهم باضطرابات جنسية، كل فرد يكّون نظريته الخاصة عن الجنس حتى قبل أن تحصل له معرفة حقيقية بالجنس، كذلك يشكل أيضاً نظرية عن وجود وعن الموت تبعاً لتركيبته النرجسية، فهو قد

يمضي عمره كله على سبيل المثال مؤمناً في خلوده أو بالحماية الإلهية له من الزوال التي توفرها له قوة خفية خيرة فماذا يحصل له عندما يجد نفسه معرضاً لخطر يبدو فيه الموت فجأة ، لا مفر منه فقبل أن يتسنى له الوقت للتفكير في جزء من الثانية وقعت الواقعة ، وانقلب كل شيء بالنسبة له إلى الأول والآخر فالحياة بعد ذلك لم يعد لها معنى ولا مشاعر خاصة، عند وجود ميت عزيز فقوام الصدمة لم يتعلق فقط بالخسارة، بل أيضاً بمفعول الحدث والمفاجأة وبواقع عصف في الأنا بدون وساطة محدثة شرخاً، حيث أن الخيوط التي حبكت شبكته الدلالية شوهدت بضربة واحدة محلولة.

والفضاء المتجانس الذي كان يعيش فيه هذا الأنا أصبح مكسوراً مبتوراً والزمن الذي يوصل الماضي بالحاضر والمستقبل نجده قد توقف. بعد الصدمة يبقى بعض المصدومين مربوطين متعلقين بالحادث الصادم بحيث نجدهم يعجزون عن التفكير بأي شيء آخر فهم بحاجة لكي يتخلصوا من هذا الارتباط إلى النسيان وإلى دمج الحدث في ذاتهم أو إلى إدخاله في نظامهم ونهجهم ومن جراء الفشل في عملية النسيان ، تتسلل العواقب النفسية المرضية والإنسان في عملية التثبيت هذه وحيث يوجد الحدث يكون مستبعداً إنه مغيب بفعل المفاجأة على غرار ما حصل في المشهد الأول الذي يشهد ولادته على شرط أن يكون مغيباً. وهذا الواقع لا ينفك يتكرر متأرجحاً بين المعنى واللا معنى.

التكرار الملحوظ في الصدمة يحاول أن يجمع الزمنين الغياب والحضور في سلسلة واحدة وهكذا تنفصل الذات عن الارتهان في حين أن الحدث المغيب مع ما يتحمله من تطور يتولى كوظيفة تعليق الضحية المدفوع بفعل التقائه الأول مع الموت . وبذلك تصبح الرهبة من الموت مماثلة لمفهومنا للرهبة من الخصاء وغموض المسألة لا يزال كما هو حتى اليوم لأن الموت يحيل إلى شيء ما لا يصوره مفهوم الخصاء. فحسب بل الإنسان يمكن أن يخشى خسارة شيء معروف أما الموت فيما هو موت يظل في سجل المجهول لأنه لا يستطيع بعث خوف حقيقي لأنه لم يعش تجربته على الإطلاق وبذلك يغدو كل ما نفكر به عن الموت يدخل في التمثل الخيالي. أما البروفسور (عدنان حب الله) فيشرح الصدمة النفسية بقوله: "إنها تأتي دائماً على أنها قطع، قطع الإنسان عن وسطه، قطعه عن صورة مطمئنة، وعن مشروع مثالي في نظره، وعن عائلته وعن بيئته الاجتماعية وبصورة خاصة عن عهد الطفولة الضامن لرفاهيته . كما أن هناك احتمالان قد يطرحان :

1- إما أن الحدث قد اندمج في بيئة الفرد (الذات) شرط أن يدفع ثمن ذلك.

2. أو أن يبقى جسماً غريباً لا ينفك يتكرر محدثاً من جراء هذا الواقع انقلاباً حول نواة تسمى النواة المولدة للصدمة.

وبذلك يغدو المشهد الأولي (المبدئي) الذي يكتسب صفته الصدمية، ليس فقط

من جراء إقصاء الفرد بإزاء الشهوية الوالدية، اللذين يرفضان أي حضور لطرف ثالث بل أيضاً بنتيجة أن المشهد إياه باعتباره إخراجاً بالفعل يعيد طرح النظرية الجنسية الطفلية، حول الولادة على بساط البحث عندما تبرز أثناء البحث التحليلي. حيث أن وجودها يفرض غيابها حب يقول أيضاً بأنه عندما يرتجف شخص من خبطة الباب بحيث يشعر أن عودة المكبوت كانت فعلاً عند الباب ، مستفيداً من لحظة غياب الأب أو من ضعف اليقظة، فيغفر المكبوت أكثر فأكثر لكي يعرّف عن نفسه، فعنصر المفاجأة هو بعد أساسي في الصدمة، لأنه في اللحظة التي يكون فيها الفرد أكثر ما يكون في غفلة، تكون المفاجأة أكثر صدماً، ويكون أثرها أكثر اكتساحاً (فرويد) يرى أنه لا يكون الارتطام صدمياً، إلا بمقدار ما يتيح للانا الوقت الضروري لكي ينبه جهازها المناعي .

وبذلك يصل فرويد لمبدأ ما بعد اللذة بحيث يعلل الأحلام الرضية ذات الرجع أو التكرار، التراتب غياب حضور سوف يكون ضرورياً، التكرار من خلال التراتب غياب حضور، سوف يكون ضرورة. من خلال تركيزه على أثر الصدمة وهنا يشير (فرويد) إلى وظيفتين للتكرار من خلال:

1. هي إعادة لإنتاج الحدث الصادم عن طريق محلولة المصدوم استعادته و كشف العنصر الضائع.

2. استرجاع الخوف كنظام دفاعي، بسبب مفعول المفاجأة الذي يعطل أول الأمر في الحدث الصادم.

3. يغيب الشيء بعد حضوره له فائدة في تمكين الذات من ترميز أي تسميته ثم السيطرة عليه والتحكم به.

وبالاستناد إلى المجهول يتحدد مصير الصدمة، وقد تعرف الصدمة في تحول ترمزي وتذوب فيه، تتحول إلى رمز أو تحافظ على حيويتها.

النواة الصدمية (Traumatigle) تجد المجهول من الأحداث اللاحقة و تحدد مصير الصدمة، فوراء هذا المثال الصدمي يتكشف الواقعي رغم أنه يكون

متأخراً دائماً، ويقوم الاستيهام الذي هو الأصل و منشأ التكرار، بوظيفة إرجاع الذات إلى حافة الفجوة التي أحدثتها الصدمة، حيث أن الواقعي، يغيب عن موعد اللقاء وليعود مرة ثانية إلى التكرار، وبذلك من أجل التوصل إلى تفريغ الانفعالات والاثارات المتراكمة، يكفي وبفضل علاج الكلام حمل المريض على التكلم والتشابه الذي يقيّمه فرويد بين الطاقة النفسانية و الطاقة الجسدية.

و(فرويد) يبدي موافقته على النظرية الجسدية الفيزولوجية المبنية على أساس النظرة حول التفريغ بذات المعنى الذي يستخدمه الفيزيائيون عند صنعهم فرضية حول وجود السائل الالكتروني وانسيابه. وهذا التطور للصدمة يرتكز على الطلب الجنسي، كونه قوة ذاتية، قادراً على توليد العصاب. فنظراً لانعدام التفريغ

أثناء الصدمة يجد أن الصدمة تحتفظ بكل عنفها، وتثير بالتالي أعراضاً ظاهرة بارزة . و تكون بالتالي مقارنة المسألة /مسألة ما بعد الحدث/ تتطلب مهم مأزق نظريته ليس فقط و لكن مصير أو عاقبة الصدمة التي تنتهي حتماً إلى نظرية الاستيهام والذكريات المستعادة المستندة إلى تأثير الحدث الصادم، بحيث يظل هذا الحدث مخيماً على الأحداث الأخرى بمعزل عن تأثير الحلقات الوسيطة ، ويبدو كعذاب مضني يراود الذات في كل أعمالها، فيمنعها من التمتع بكامل قدرتها يبرز عند أقل مشاكسة تذكر بالعقدة المتكونة، وهذا ما يسمى بالذكريات المستعادة

- قد يحدث أثر ارتدادي رجعي يتوجه أثناء المعالجة نحو النواة المولدة للصدمة.

- قد يلحظ استعداد مسبق نحو العصاب الهستيري، يجعل مجرد حدث لا أثر له فعالاً بالنسبة للآخرين وهذه الحالة يشير إليها (فرويد) بالحالة الحلمية التي تمييز الهستيريا وتحيلها عند وقوع الصدمة أرضاً خصباً لنشوء العرض. وكما أنه من خلال العلاج النفسي يُسبر غور اللا شعور ويخرج إلى الضوء ذلك الفراغ الخفي، الذي يفت في قوة البدن، فيواجه المريض موضوع العلة ويعالجها بنفسه، وبذلك تعود الجسمي الحيوية والقوة، وهنا نذكر أو مصادر المنازعات اللاشعورية عديدة لا حصر لها، وربما كان أكثر ذيوعاً ضرباً من ضروب الخوف. الخوف من المرض أو الخوف من الموت، الخوف من الكوارث العائلية. أو من الفقر، حيث تكتب هذه المخاوف، لأن الشخص يرفض عمداً التفكير بها فيعمقها وبذل كسمح لها بأن تغوص في اللاشعور.

ويصبح الصراع العقلي غالباً في نزاع بين رغبات الفرد و حاجات المجتمع ونذكر هنا مقاربة بين حاجات الإنسان الريف وبين حاجات أبن المدن المزدحمة، فكما يجد ابن الريف أنه (مركز العالم) يجد أبن المدن الغاصة بالناس والأعمال و المثيرات الصناعية و الازدحام الذي هو سببه بأنه (مركز العالم). بل يرى كما يقول (فكتور هوجو) (الإنسان المتمدن، يتعلم أن يقول نحن وأن يحيا لنفسه ولغيره). وإجبار الطفل على القيام بحركة لا يقدرها، يعني إجباره لأن يكون جريئاً و مرائياً، وإن رفض هذا الحال يجعله سليماً معافى، لقد أصبحت قواعد التهذيب اليوم غالباً وسائل الإخفاء لمشاعرنا والتظاهر بها فقط، ورفض الطفل لقواعد التهذيب هذه بسبب أنه لا يرها وظيفة في بيته، ولكنه لو شعر عند ذويه هذا التجانس الذي يطلبونه منه عندها يتأكد من أنه محبوب و محترم، ويصبح لديه دافع كبير لمحبة الآخرين واحترامهم. وأخيراً نصل إلى القول أن الإنسان قد أدرك منذ نشأته ، فمعرفة المرء لنفسه من قيمة عظيمة، ولقد أوصتنا الديانات السماوية جميعاً بتعرف ذواتنا، ولكن الإنسان أدرك مع ذلك المشقة الزائدة في معرفة المرء لنفسه، المعرفة الصحيحة المجربة، وحاول بمختلف الطرق منذ العصور القديمة، أن يصل إلى سبل معرفة هذه النفس، فلجأ إلى طريقة التأمل

الباطني حيناً ولكنها لم تفلح و لم تؤدي إلى النجاح، لأسباب ليس هنا مجال لبحثها، ومن هذه التجربة وجد أن الإنسان أنه لا سبيل إلا لزج العقل مع العاطفة، وبذلك تطورت طرق العلاج النفسية المختلفة التي تؤدي إلى معرفة النفس، لأنه متى عُرفت النفس سهل علاجها. وهنا نعرض المقاربة بين عمل الجسد و النفس، فكما أن الجسم السليم يتناول الطعام و يهضمه ويتغذى به، ويلفظ نفاياته. كذلك حال عمل العقل السليم فيتقبل الآراء المختلفة ويميز بين غثها وسمينها، ويأخذ ما يفيد وينبذ ما لا يفيد، وقد كان لعلاج النفس المتعبة قديماً وحديثاً وسائل ناجعة أخرى، كالفلسفة والدين والأعمال المجهدة، لأن الإنسان ومنذ القدم كشف أنه ليس أخفى على نفسه من النزاع، بين عقله وعاطفته وشعوره، فأنه ينجذب إلى ناحيتين متضادتين في آنٍ معاً. وقد أدرك المرء انقضاء هذا النزاع بحسب الفرح و الراحة. وهذا الصراع النفسي قد يحدث على مستوى الشعور مثل الصراع الذي يحصل بين الرغبة في تلبية حاجة خاصة بناءة وبين السبيل الخاطئ لتلبيتها. وهذا الصراع في مرات كثيرة قد يكون لا شعوري، وفي هذا الحال لابد للشخص الذي يعاني من هذا الصراع الحاد، الذي لا يقدر على تحديد سببه أن يلجأ إلى العلاج النفسي. والتدريب على تنمية الذكاء العاطفي الموصول لتحقيق الصحة العاطفية، يكون كذلك فرصة لعلاج الكثير من الأزمات النفسية و التدريب على توفير فرصة أفضل لحياة نفسية وعاطفية سليمة، يُحسّن نمو العلاقات الاجتماعية والإنسانية عموماً، ولنجاح هذا التدريب لابد من شروط الأمانة والصدق العاطفي، حيث كلما حاول الإنسان أن يكون صادقاً في التعبير عن حقيقة مشاعره و عواطفه خلال التدريب، كلما نتطور في انفتاحه العاطفي الموصل إلى نضج العواطف وبالتالي العيش بصحة عاطفية سليمة. كما أن تكرار الصدمات ، لا يعود يجعل الشخص يتذكر كيف شعر مع الصدمات الأولى، وقد لا يجد من يستمع إليه لفترة طويلة، ليحاول فهم ما حدث .لأن ذلك غير متوفر بالشكل الكافي لذلك نجد الأشخاص الذين تعرضوا لصدمات متكررة يعيشون باستمرار من دون التعبير عما في داخلهم ويجبسوا مشاعرهم في أعماقهم. وأحياناً قد يكون الضرب المتكرر هو سبب الصدمة النفسية بل قد يكون تعرض الطفل لسوء المعاملة من والديه بالضرب أو إجباره على الصمت أو تركهم بمفردهم رغم ما يشعرون به من خوف وقلة الأمن أو رؤية الوالدين في نزاع ومشاجرة أو من خصومة الوالدين وامتناعهما عن الكلام المباشر أو من لتعرض للضرب من الأولاد الآخرين أو من خلال التهكم والسخرية الواقع عليهم في مواقف مختلفة. وهناك طريقة راجت في السنوات الأخيرة في التعامل مع الصدمات وتحملها هي طريقة تجميد العواطف وعدم الانفعال عن طريق (الخدر العاطفي) هذا الأسلوب يزيد من المناعة النفسية، ويجني الشخص المعاناة النفسية والعاطفية على يد شخص أساء إليه بلا رحمة، هذه الحالة أيضاً إن طالت تحجب عن الشخص مشاعر المحبة والأمن والسرور والأمل، لأن ما يفصلنا عن الألم والمعاناة يصبح فاصل لنا عن المحبة والثقة.

وللخروج من هذه الأزمات العنيفة لا بد من التذكير المتكرر لها والحديث عنها، لمن يستمع إليه ويتعاطف ويشجع ومما يخشى منهم حالات كثيرة، أن تصبح سوء المعاملة النفسية والعاطفية سراً من الأسرار الشخص في الإطار الذي تلقى فيه الإساءة ، مما يجعل من العسير شفاءه، لأنه يصبح غير متمكن من تجنب الناس الذين يؤذونه مما يجعله عرضة لسوء معاملة أشخاص آخرين. وأخيراً فأن المتوقع لموضوع الذكاء العاطفي أن يحتل مكانة هامة في التطبيقات النفسية، ويمكن لموضوع الذكاء العاطفي أن يساعد الأفراد والمؤسسات على تحسين الإنتاج والأداء ، وعلى تحسين الصحة والحالة النفسية والعاطفية للأفراد. ولا شك أن الطفولة قد تكون مليئة بالصدمات العاطفية وسوء المعاملة، فقد لا يعطي الطفل الحنان والرعاية التي يحتاجها إلا من خلال المساومة على عواطفه وسلوكه ، كأن لا يعطى الحنان إلا عندما يتصرف بشكل جيد ويحرم من الحنان ، عندما يصبح سيء والحرمان من المحبة يولد الاضطراب العاطفي ومن ثم العنف تجاه الآخرين، ولأن الصدمة العاطفية لا يمكن عزلها عن الظروف الاجتماعية والسياسية والثقافية، فهي تربط الذات بالحدث وتكمل وظيفة تجاهل الأنا وتحوله عن ما هو جار في اللاوعي، فعندما تغيب الذات يقتصر الكلام على المصير والقدر.

5- مهارات الذكاء العاطفي الموصلة إلى التوازن في الصحة العاطفية

1. مهارة فهم الانفعالات الشخصية والتعبير عنها، عن طريق الألعاب اللا كلامية، كتابة مشاعر مختلفة على بطاقات كل بطاقة يكتب عليها شعور مختلف عن الأخرى، وتحدد فقرات معينة لتمثيل الشعور المكتوب، ومن ثم يُخمن بشكل صحيح، ليحتفظ بالبطاقة المكتوم، يقوم بتمثيل الدور التالي بحيث يجسد صورة حركية لكل إحساس.

2. مهارة فهم العلاقات الشخصية وثم من خلال لعبة الاستماع الفعال واستخدام الألعاب الجماعية ومناقشة الصداقات وهذا الطريقة تسمى لعبة تخمين الشعور.

3. مهارة إدارة الضغوط: من خلال اللعب بالكلمات، وتمارين الاسترخاء وتنظيم الأوقات (كيفية إدارة الوقت) لأن الوقت هو المادة الخام التي نطوعها كما نشاء من أجل أن نفعل ما نريد من أعمال، ونحقق ما نريد من أهداف، ونصل لما نريد من غايات، الوقت هو السبيل لكل هذا ومن هنا فلابد أن نعرف كيف نستغله أفضل استغلال ممكن، وكيف نجعل منه المادة الفعالة والمؤثرة، من أجل حياة ناجحة نحقق فيها ما تريد، وكذلك التدريب على كيفية اتخاذ القرارات في حياتنا، وكذلك التعلم الفعال بطريقة حل المشكلات، إن تقنية إدارة الوقت، تعني الكفاءة في استثمار الزمن إلى الحد الأقصى والأمثل، وبما أن الإبداع والابتكار والتطوير يعتمدوا في أساسياتهم على إدارة الوقت، كمفتاح أساسي في الوصول

إلى الأهداف، الإبداعات والابتكارات، موجهة في الوقت المعاصر لإدارة الوقت. لذا إن إدارة الوقت قد تسهم في تشكيل أسلوب الحياة فقد ركزت علوم ودراسات عديدة على تنمية المهارات في مجال إدارة الوقت للإنسان في حياته اليومية المعاصرة على حدّ سواء في العمل أو في حياته الاجتماعية . وقد وضح إن مهارة إدارة الوقت، تختلف لدى الأفراد تبعاً لاختلاف مستوياتهم الاجتماعية والتعليمية، وكذلك اختلاف شخصياتهم ودوافعهم وحاجاتهم وأعمالهم وهواياتهم، كما أنه كمفهوم اجتماعي تختلف هذه المهارة من مجتمع إلى آخر، تبعاً لثقافته السائدة وطبيعة القيم والمفاهيم المرتبطة بالزمن. ولقد اختلف مفهوم الزمن في العصور القديمة عما هو عليه الحال العصر الحديث، إذ أن مفهوم الزمن اليوم أخذ بعداً أكثر أهمية مع تقدم التقنيات، في مجالات علوم الميكرو فيزياء والفضاء والاتصالات، التي تتنافس في دقة ابتكاراتها على صعيد اختصار الزمن وحساب جزئيات الثانية، بما يشبه المعجزات والصور بأقل من لمح البصر.

4. المهارة التكيفية : بحيث نلعب مع الناشئة ألعاب عقلية تحمل مضامين عاطفية و انفعالية ، بشرط أن تكون هذه الألعاب مما يخدم المهارة التكيفية ، من مثل لعبة تجاوز الفقدان مثلاً ، و نضرب مثالاً عليها: حين نريد أن نعدّ شطيرة متعددة المواد، وبفقد عنصر من العناصر اللازمة لصنعها، يكون التساؤل المطروح للذهن هو كيف نقبل بهذا الأمر؟ بحيث نعمل على أن نكمل الشطيرة بالمواد المتاحة دون التحسر والضيق، وهذا هو جوّهر المهارة التكيفية.

ومن الأساليب الجيدة التي تؤكد تحقيق الصحة العاطفية الجيدة مع من نتبادل معهم عواطفنا ومشاعرنا ، ليعيشوا حياة متوافقة تقل فيها التوترات في كل مستويات الحياة الاجتماعية العامة والخاصة .ما طرحه سميث (smith,1975) من خلال خمسة أساليب نفسية تربوية تقلل من التوتر والاستثارة في المواقف الاجتماعية المختلفة ، وهذه الأساليب هي :

1. أسلوب التأكيد السلبي (NEGATIVE ASSERTIAN) : الذي يتضمن أن يعترف الشخص بوضوح أنه أخطأ ، دون أن يكون اعترافه بخطئه تأكيداً على أنه شخص سيء.

2. أسلوب (disarminganger) : الذي يعني تجريد غضب الآخرين وانفعالهم من قوته والذي يتضمن تجاهل الحديث الذي يأتينا من شخص ما بأسلوب انفعالي غاضب ، بأن يجعل الشخص تركيزه لا على موضوع الحديث ، أو محتوى الرسالة الغاضبة ، ولكن على الطريقة التي يعبر فيها الشخص عن ذلك . ولذلك من الجيد أن يتجنب الشخص الذي وجهت له هذه الرسالة الغاضبة ، الحديث مع الشخص الذي واجهه بالحديث الغاضب ما لم يهدأ وهذا يجنبه الدخول في معركة لم يبدأها ولم يستعد لخوضها .

3- أسلوب ثالث طرحه سميث يسمى طريقة التعمية والإرباك (Fagging)

يوصي باستخدام هذا الأسلوب مع الأشخاص الذين يتطوعون للمجادلة والمعارضة دون مناسبة .

هذا الأسلوب يستخدم للإعانة على التحمل الهادىء للنقد الخارجي ، أو التهجم عليك ودون أن تتحول إلى القلق أو الانسحاب أو العدوان وبالتالي لا ندعم للناقد سلوكاً قد يستخدمه كلما أراد إثارتك انفعالياً.

4- أسلوب الاسطوانة المشروطة (Broken record)

ينصح باستخدام هذا الأسلوب في الحالات التي يكثر فيها شخص ما من مقاطعتك أثناء حديثك ، أو أن يعترض على ما تقول قبل أن تنهي كلامك أو توضح فكرتك ، انتظر إلى أن ينتهي الشخص الذي يقاطعك من الحديث ، وعند ئذ تجاهل تماماً ما قاله واستأنف الكلام والتوضيح من فكرتك الأصلية باستخدام عبارات _ هذا صحيح .ولكن الموضوع الذي أريد مناقشتك هو: أن القضية الرئيسية هي :

وبذلك يتمكن الشخص من الإحساس الهادئ عند مواجهة المناقشات غير الملائمة.

ويجنبك بذلك الدخول في متاهات جانبية تبعده عن الموضوع الأصلي الذي نريد إبرازه فضلاً عن ضبط النفس والتحكم في الانفعال .

وهناك أسلوب أخير يعرف بالتساؤل السلبي (Negativinguiry) وهذا الأسلوب مناسب استخدامه أكثر من المقربين من أصدقاء وأعزاء – عندما يريد الشخص أن ينهي الخلافات المنفرة في العلاقة بهم .

بأن تسأل الشخص أن يعطيك مزيداً من الانتقادات التي تسبب له الضيق منك ، إلى أن ينتهي من سرد كل الجوانب التي لا تعجبه في شخصيتك هذا الأسلوب يظهر الأخطاء السلوكية والتصرفات التي تتم ممارستها مع الآخرين .

ويظهر الشخص الذي يبدأ بطلب توضيح استياء الآخرين منه في التواصل يظهره بموقف الحريص والراغب في تحسين الاتصال بالأشخاص المهمين في حياتنا وإنهاء مصادر الخلاف معهم

الفصـــــل الختامـــــي

بناء على كل ما تقدم في فصول الكتاب نصل إلى القول : إن حياة الإنسان سلسلة من مواقف الصراع التي تتكون بناء عليها الشخصية، وهذه الصراعات أشار إليها (فرويد) بالصراعات بين البحث عن اللذة والواقع، الحب والكراهية، السلبية والنشاط، والنمو والترقي نحو النضج.

فهناك حرب شعواء قائمة بين قوى الحياة (الأيروس) وقوى الموت (ثاناتوس)، إذ كل منهما تعمل ضد الأخرى متخذة قطباً نفسياً متعارضاً في اللاشعور والصراع بين الهو والانا الأعلى، غايته في النهاية التوافق الشخصية مع البيئة، وذلك من خلال تنظيم وتوجيه الدوافع التي تدفع الفرد إلى العمل. وإذا كانت الحاجات الإبداعية قوية عند الشخص، وفي نفس الوقت تخضع لقمع أو كبت مزمن أو عنيف، فان التوتر الناجم، قد يكون شاملاً، بحيث يشل التفكير ويؤدي إلى الاضطراب العقلي ، والمدرسة بالتأكيد ليست هي وحدها المسؤولة عن العوامل المؤدية إلى تسهيل أو إعاقة الابتكار، فهناك قوى متعددة في المجتمع تؤثر في النمو الإبداعي، فإذا كان الذكاء هو اللفظ الأكثر تداولاً في مناقشات السلوك المعرفي، فان نظيره في السلوك النفسي الاجتماعي هو التوافق أوالتكيف (Adgustment)، فكما إن الطفل الذكي يجد تقديراً بصفة خاصة في المدرسة، فان الطفل المتوافق في تكيفه، يجب أن يلقى نفس التقدير فكل إحباط هو تأزم نفسي، يجب تجنبه، وكلّ فشل غالباً ما يكون خطراً مهلكاً لموهبة الابتكار. وكذلك الضغوط النفسية الناجمة عن الإحباط، وضيق آفاق الفرص المستقبلية، وتراخي الانتماء واللامبالاة بقضايا المسار والمصير، الذيّ تذكيه كلّ من العولمة وأنظمة التسلط في عملية تحالف غير علني، هدفها تهميش النّاس، ويكون نتيجة ذلك تهدد الأمن الاجتماعي الذي بدوره يهدد الأمن الوطني، والذي هو بالتالي يتعرض لفقدان الحصافة، كلّ ذلك ينعكس على رأس المال الاجتماعي الذي يشكل قاعدة كلّ تنمية، وكل صحة مجتمعية أو فردية في آن واحد.

لأن النجاح الحياتي اليوم مهنياً واجتماعياً وعاطفياً يتطلب إنساناً فاعلاً بكامل طاقاته، فمقدار المهارات اليوم لممارسة النشاط المهني، تسير باتجاه التزايد والتشعب والتنوع، ومقدار القدرة على التفاعل والانفتاح والتواصل ستصعد

وتحرج من النطاقات المحلية الضيقة كي تنفتح على التجارب العالمية المماثلة، لذا بدا واضحاً كم أن دور الصحة النفسية فاعل في كل الميادين، إذ أصبح تحقق مستوى معين لابد منه من الصحة النفسية والعاطفية، ضرورة كبرى للإنسان المعاصر اليوم، لان نوعية الحياة المعاصرة اليوم مغايرة بدرجة كبيرة لأنماط العيش التقليدية التي كانت مألوفة سابقاً، وكذلك أنماط التفاعلات الاجتماعية والصناعية ودخول الإنسان في إطار مرجعي مفتوح النهاية لكل القيم والأفكار الجديدة، كل ذلك يضعه في حالة من انعدام اليقين، هذه الحالة حالة العيش في حالة احتمال التحولات المختلفة، تستلزم قدرات متميزة من المرونة والتكيف وتحّمل الضغوطات . حال الحياة هذه يقتضي درجة عالية من التوافق النفسي، لاسيما على المستوى الذهن، حيث أن ما تفرضه شبكة الانترنيت على خريطة الفكر الإنساني، ما هو إلاّ ذهناً متفتحاً قادراً على النظرة الشمولية التي تتجاوز العزل والفصل بين المعارف، وهذه القدرات لا تتوفر إلا لمن يتمتع بدرجة عالية من الصحة النفسية، التي تحفظ طاقات الدماغ من كلّ تأذٍ أو إعاقة، ملازمة للازمات والاضطرابات النفسية، بل هي تتجاوزها إلى إطلاق هذه الطاقات في كامل حيويتها ونشاطها، والقدرة على توظيفها بشكل فاعل. حملت ثقافة الانترنيت فرصاً غير مسبوقة في توسيع أفاق الوجود كي تحوله إلى وجود كوني ، مع ما يستتبع ذلك من إمكانات نماء معرفي ومهاراتي لا مثيل لها. وشاشة الانترنيت خلقت فئة من مدمني الشاشة، تكاد تبتلعهم وتسيطر على عالمهم، عازلة إياهم عن دنيا الواقع والعلاقات الإنسانية. وهذا ما نجد أثاره ظاهرة في حجم الخلافات الزوجية، وتزايد الصراعات الوالدية بين الأبناء والآباء، وحالات عدم التكيف نتيجة الإدمان، الذي يوفر إشباعات هوامية متخيلة تحل محل الإشباعات والانجازات الواقعية، على صعيد الحياة العاطفية والجنسية والاجتماعية، والتوازن النفسي السليم لا يتم في فراغ بل يندرج ضمن الانتماء إلى أسس اجتماعية متكاملة فيما بينها، لان نضج الشخصية لا يتم بالفراغ بل بتأثير البيئة المحيطة ومن خلال ردود الفعل المتشكلة بين جهتين وجهاً لوجه من خلال تفاعل طبيعي، أما ثقافة الصورة فهي تلعب دوراً أساسياً في عملية السلخ هذه عن التاريخ والأرض والمرجعيات الثقافية والوطنية، فتتوسل ثقافة الصورة في مشروعها التنميطي من خلال ما تروح من قيم تحمل بلاغة الكترونية من خلال تأثير الصورة واللون والشكل والإيقاع والوتيرة والإبراز والتركيز والتضخيم والتكرار والتشبع . وأخيراً يبدو أن الإنسان يرغب أن يعيد خلال فترة حياته، السيرورة التي استلزمت تاريخياً في نشوء التفكير العلمي، استخدم الإنسان، لفترة طويلة من تاريخه، الإسقاطات العاطفية (كالألهة) التي ولدت من آماله الغير الناضجة ومن قلق لتفسير الإنسان ومجتمعه والكّون . وقد أعطته التفسيرات شعوراً بالأمن. وبعد ذلك ومن خلال تقدمه الخاص البطيء اجتماعياً وعلمياً وتقنياً، حّرر الإنسان نفسه من خوفه على وجوده ، وذلك من خلال التقدم البطيء لمجتمعه الخاص وعلمه وتقنيته .

وبعد أن شعر بأمان أكبر في العالم وفي نفسه، أصبح بإمكانه البدء باستيضاح مدى صلابة الصور التي استخدمها في الماضي باعتبارها معدات تفسيرية. ومن هناك ذابت إسقاطات الإنسان الطفولية ، وحلّ محلها مزيد من التفسيرات العقلانية ....

وبالتالي إن ترجمة ما تقدم إلى لغة السلوك الإنساني، يتبين لنا أنه كلما زاد شعور المرء بالأمن في العالم، كلما قلّت حاجته للتمسك بالإسقاط الطفولي، كالتفسيرات الخرافية أو الحلول التي تقدمها قصص الجن لمشاكل الحياة الأبدية، وتزداد إمكانيته في البحث عن التفسيرات العقلانية، كما تبرز حاجته إلى الإصغاء إلى مشاعره الداخلية التي تكشف له شفافية الطريق أمامه للمستقبل. لأن السلوك الإنساني الأصيل يقتضي ألوية النفس على المادة واللقاء مع الآخر والجهد المثمر الخلاق على كافة الأصعدة من أجل حياة أفضل. ولما كانت أولى مكونات الحداثة العقلية هي النظرة إلى الفرد الإنساني ككائن مستقل بذاته متساوٍ مع الآخرين، وثاني تلك المكونات هو التوجه العملي والفكري للواقع لمعرفته والسيطرة عليه وتغييره في اتجاه الارتقاء بالإنسان، فإن ثالث تلك المكونات هو العقلانية الواقعية التي تستند إلى المعرفة العلمية في التعامل مع العالم بمختلف مجالاته بما فيها المجال الإنساني. حيث أن الذهن العربي كما يقول (د. عاطف أحمد): مازال يفكر في الظواهر الإنسانية بلغة مفارقة لمعطيات الواقع الفعلي أو بلغة تأملية بحتة تحيل الواقع إلى مقولات ذهنية ذات دوافع انفعالية في أغلب الأحيان وربط الانفعال دائماً بالعاطفة بشكل اعتباطي، لا أساس له من الصحة، فالانفعال رد فعل ارتكاسي أما العاطفة فهي ارتقاء بالانفعال عن طريق تفعيل الدماغ من خلال تطويره ونضجه، وبالتالي تمتعنا بالصحة العاطفية المستند إلى استثمار الانفعالات بصورة متعقلة. وبذلك تكون أولى معطيات النمو السوي وتحقيق الصحة العاطفية الموصلة إلى التكيف هو العمل مع الطفل على نمو الشخصية المتكاملة المبنية على الحب والأمن والنظام، والحماية المؤدية للاكتساب التدريجي للاستقلال، وحاجة الحب تبدأ من الطفولة الباكرة وهذه العاطفية يتعلمها الطفل بالمحاكاة، فالطفل الذي ينشأ في جو تسوده المحبة، غالباً ما ينشأ ودوداً ومحباً أكثر، من طفل أخر ينشأ في أسرة يمزقها الخلاف والشجار المتواصل، وأكثر نتائج الحرمان من الحب هو عدم القدرة على منحه أو تقبله مستقبلاً من الآخرين ، كما تأتي الحاجة إلى الأمن ولاسيما الأمن الانفعالي من الحاجات المهمة للغاية التي تُنشئ عند الفرد شعوراً بأنه سوف يكون قادراً على حفظ علاقات متزنة مرضية مع الناس الذين لهم أهمية عاطفية في حياته، يضاف إلى ذلك الحاجة إلى التقدير الاجتماعي التي تشمل الحاجة إلى الانتماء والحب والقبول الاجتماعي والصحبة، والحاجة إلى المكانة الاجتماعية.

وتأتي الحاجة إلى تعلم النظام من الحاجات التي يشير تحقيقها إلى مدى التمتع بالصحة العاطفية، ونجد الكثير من الآباء والأمهات يشكون من كون

أطفالهم، لا يهتمون أن أطفالهم لا يهتمون بالنظام، ولا يشعرون بالمسؤولية، ولا يكترثون للعقاب، ويسألون عن سبب ذلك، والجواب أن الطفل الذي لا خبرة له بالحب يحتمل أن لا يقبل النظام بسهولة، فأساس النظام تبادل الحب والاحترام مع من نعاشرهم ، ومن أكثر الأخطاء في تعلم النظام ، هو الفشل في الإصرار على الطاعة، كما أن الأطفال سرعان ما يفطنون إذا ما كانت الأم تعني ما تقول أو تقول ما لا تعني، من خلال العقاب المتعدد الأساليب، ونجد عادة أن العقاب ما هو إلاّ فقدان رضا الوالدين أو المدرسين، وبالتالي فإن العقاب الزائد هو خطر كبير، ونتائجه خطيرة، لأن الطفل يدرك ما هو عدل وحق، ويدرك كذلك ما هو ظلم ، ولأجل النمو السليم وتحقيق الصحة العاطفية الموصلة للتكيف، لا بدّ من العمل مع الطفل على نمو الشخصية المتكاملة المبنية على الحب والأمن والنظام، والحماية المؤدية للاكتساب التدريجي للاستقلال. فإذا كان فكر المربي المسؤول عن تنشئة الطفل محدوداً، فإن ذكاء هذا الأخير سيتطور بصورة آلية ويبقى محدوداً، ويبدو عاجزاً عن تصور الحياة في كليتها، والتربية هي نمو الذكاء المندمج في رؤية عامة للعالم، فهي ليست كامنة أنها تتيح للطفل اختبار مواقف متعددة، وتنمي عنده بالدرجة الأولى الوضوح. وفي حال كون المربين محدودين، فإن دورهم يقتصر على نقل المعلومات من الكتب، من دون أن يكون لهم أي تأثير على الذكاء، ولكن الأمر الأخطر من ذلك، أن مثل هؤلاء المربين لا ينقلون الحب لأطفال على وجه الخصوص، وبالتالي مثل هؤلاء المربين لا يمكن أن يكون قادرين على كمال الملكات للطفل واتساعها، وأن تمنع الأحكام المسبقة والشعارات الداخلية والمخاوف، حيث أن منع الطفل من هذه المهارات يقود التربية إلى تقليص الإمكانات وإلى الاختناق والمرض، بدلاً من أن تقوده إلى الفرح والصحوة الذكية.

والإنسان بطبيعته يبحث دوماً عن التجارب العاطفية بشتى الطرق والوسائل ، وهو يتعرض وبشكل يومي لاحتمال إصابته بالصدمات العاطفية وحتى من الأمور البسيطة ، ولولا المعرفة والذكاء العاطفي سنصبح أكثر جموداً، ولا نعد نشعر بعواطفنا أو لا نستطيع التحكم فيها مما يسبب لنا الألم والانزعاج ، والطفولة يمكن أن تكون ممتلئة بالصدمات العاطفية وسوء المعاملة ، فلا يعطى الطفل الحنان والرعاية التي يحتاجها إلاّ عندما يتصرف كما يريد الكبار . رغم أن المعالم الأساسية لشخصية الإنسان عندما يبلغ سن السادسة من العمر ، ولكن يمكن للتجارب والجهد الفردي أن يشذب ويغيّر من بعض هذه المعالم الشخصية وخاصة في المراهقة ، أما عند بلوغ الإنسان سن النضج فتغدو صفاته الشخصية ثابتة تقريباً ويكون سلوكه عموماً متوازناً ، وهذه هي أهم مظاهر الصحة العاطفية ، التي تعتبر مطلباً موضوعياً وهدفاً لابد من السعي لعيشه إذ أردنا ننجح ونستمتع في حياتنا اليومية في الحياة العصرية اليوم .

مصطلحات الدراسة العلمية باللغتين العربية والإنكليزية

تكيف	Adjustment = Adaptation
عاطفة	Emotion = affect
مراهق	Adolescent
راشد	Adult
سلوك	Behavior
طفولة	Child hood
إحباط	Frustration
إنجاز	Fulfillment
نمو	Growth
تربية	Education
تطور	Development
خبرة	Experience
محاكاة	Imitation
ذكاء	Intellect
سعا دة	HAPPY = Joy
تعديل سلوك	Modification of behallior
شخصية	Personality
تكرار / نمطية	Repetition
مسؤولية	Responsibility
تقدير الذات	Self Esteeming
فهم الذات	Self understand
حاجة	Need

دافعية	Motivation
لا شعوري	Un Conscious
مهارة	Shill
تربية جنسية	Sexual Education
حيوية	Vitality
لغة الجسد	Bady_Language
تعلق	Attachment
تأكيد الذات	Assertiveness
المشاركة الوجدانية	Empathy
دعم اجتماعي	Social SUpport
تساؤل سلبي	Negative Inquiry
تأكيد سلبي	Negative assertion
إرباك	Fogging
خطاب لا كلامي	Nonverbal
العجز المكتسب	Learned Helplessness
مرونة نفسية	Resilience
نباهة	Sagacity
ذكاء وجودي	Escistential
ذكاء اجتماعي	Social intelligence
الذكاء الروحي	Spiritual intelligence
الاهتمام بالآخر	Consideration
التفاؤل المتعلم	Learned optimism
الضغوط	Stresses
قلق	Ansciety
شعور بالذنب	Guilt Feeling
إحباط	Frustration
ايروس	Eros(قوة الحياة)
عزل	Isolation
إنكار	Negation

خيال	Imaginary
تأويل	Internalization
انطواء	Introversion
أنانية	Egoism
ارتباط	Bin cling
حلم يقظة	Day dream
عجز	Heiplesness

المراجـــــــــــع

المراجع التي تم الرجوع اليها في انجاز هذا الكتاب

1. تقرير التنمية البشرية العربية ، للعام 2005 م

2. موسوعة الأسرة الحديثة: حريقة ،بولا ، (2001 م) الطبعة الأولى، دار: نوبيلس، بيروت.

3. الإعداد لسر الزواج /المجلس الحبري الاعلى/، منشورات اللجنة الأسقفية لوسائل الإعلام، لبنان ، بلا تاريخ .

4. بحوث ودراسات في علم النفس، تأليف : د. الأحمد، أمل، 2001، مؤسسة الرسالة .

5. تدخلات الصحة النفسية في أطفال ما قبل المدرسة، تأليف: Robert D.LYMAN، Toni HEMBREE-KIGEN، ترجمة: الريحاني،سليمان، د. حمدي،نزيه ، د. داوود،نسيمة، 1997، المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم، المركز العربي للتعريب والترجمة والتأليف والنشر، دمشق .

6. التفاهم في الحياة الزوجية : دالمبيض،مأمون، 2003 ، المكتب الإسلامي، الطبعة الأولى.

7. الصحة النفسية منظور ديناميكي تكاملي للنمو في البيت والمدرسة : د. حجازي،مصطفى، 2000، المركز الثقافي العربي، الطبعة الأولى.

8. تنشئة الأطفال وثقافة التنشئة : علواني،عبد الواحد، 1997، دار الفكر المعاصر، دمشق.

9. نصوص في التحليل النفسي عند الأطفال : دياتكين ، رينيه ، ومجموعة من الباحثين بإشراف: فيرموريل ، مادلين و شميدكيتسكي ، ايلزا ، ترجمة : د. السيد، غسان، 2002 م ، سلسلة حقول التحليل النفسي ، الجمعية التعاونية للطباعة، دمشق .

10. اختبر ذكاءك العقلي والعاطفي، أزوباردي، جيل، ترجمة: د. الشيخ حسين، عقيل، 2001، دار الفراشة بيروت .

11. علم التربية وسيكولوجية الطفل، تأليف: بياجيه، جان، ترجمة: د. الجسماني، عبد العلي، 1994، الدار العربية للعلوم، بيروت.

12. الذكاء والقياس النفسي الطريقة العيادية : دار المنهل اللبناني مكتبة رأس النبع،2002 م ، د. عباس ، فيصل .

13. مساعدة الطفل على تقبل ذاته وتقبل الآخرين، تأليف: هيلين ل. جيلهام، ترجمة: د. أحمد، محمد عبد السلام ، تقديم ومراجعة: روحه، محمد السيد،1964 مؤسسة فرانكلين للنشر، نيويورك، القاهرة .

14. الذكاء العاطفي والصحة العاطفية: د. مبيض، مأمون، المكتب الإسلامي، بلفاست- المملكة المتحدة، 2003م .

15. الموسيقى وذكاء الطفل: نابوتي،نورث،2005، الجزء الأول، منشورات وزارة الثقافة .

16. الأسلوب الأمثل لتنمية احترام الذات لدى الطفل، تأليف: بيكارد،كارل، (2001) م، مكتبة جرير.

17. نظرية أريكسون في النمو النفسي الاجتماعي وتطبيقاتها في العمل النفسي: د. شريم، رغدة (1999) م ، كلية العلوم التربوية، الجامعة الأردنية، دورة الإرشاد النفسي في كلية التربية جامعة دمشق.

18. الطفولة الجانحة، شازال، جان، (1980)م ، ترجمة: عيد ،انطوان، منشورات عويدات ، بيروت، باريس .

19. الإنسان المهدور ، دراسة تحليلية نفسية: د. حجازي، مصطفى، 2005 م المركز الثقافي العربي، الدار البيضاء، المغرب، الطبعة الأولى .

20. الطب النفسي المعاصر: ، د. عكاشة ، أحمد،(1998) م ، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة .

21. زراعة العقد النفسية في الأطفال: ابراهيم، زكريا،(1989) م ، وعدد من المؤلفين، الطفل العربي والمستقبل، الكتاب الثالث والعشرون .

22. الإنسان المعاصر في التحليل النفسي الفرويدي: د. عباس ، فيصل ،2004م ، دار المنهل العربي، بيروت رأس النبع، الطبعة الأولى .

23. الصدمة النفسية أشكالها العيادية وأبعادها الوجودية : البروفسور حب الله، عدنان ، 2006م ، دار الفارابي، بيروت، لبنان، الطبعة الأولى .

24. الانتصارات المذهلة لعلم النفس، ترجمة: أسعد، وجيه، مؤسسة الرسالة، الدار المتحدة، بيرداكو، الطبعة الثانية.

25. مشكلات الأبناء وعلاجها : د. لبيب، محمد عبدالظاهر،1999، دار المعرفية الجامعية، الاسكندرية .

26. سيكولوجية اللغة والمرض العقلي، ترجمة: يوسف، جمعة سيد،1990، عالم المعرفة، الكويت، عدد /14،5/.

27. لو تصغون لأطفالكم، ترجمة: طعمة،هيفاء،1981، إعداد: عدد من المؤلفين، مطبعة منشورات وزارة الثقافة والإرشاد القومي، دمشق.

28. الاضطرابات النفسية عند الأطفال والمراهقين: أسبابها وأعراضها والوقاية منها، ومعالجتها/. د. الحلبي، موفق هاشم صقر،2000، مؤسسة الرسالة، ط.2

29. نمو الطفل، الجزء الثاني، تأليف: الكايند،ديفيد، واينر، ايرفينغ،1996 ترجمة: ناظم الطحان، سلسلة الدراسات النفسية، ، وزارة الثقافة السورية.

30. مستقبل العلاج النفسي/معالم علاج نفسي، تأليف: غراوه،كلاوس/ دوناتي، روث، بيرناور،فريديريكه، ترجمة: رضوان،سامر جميل،1999، منشورات وزارة الثقافة السورية في الجمهورية العربية السورية.

31. الإنسان ورموزه، سيكولوجيا العقل الباطن، تأليف: يونغ،غ، كارل، ترجمة ناصيف،عبدالكريم،1987، دار المنارات للنشر.

32. برنامج تدريب في تنمية الذكاء العاطفي، رسالة دكتوراه غير منشورة ، إعداد: رزق الله، رندا، إشراف: الأستاذة الدكتورة : الأحمد، أمل،2006،جامعة دمشق.

33. الفلسفة والطفل، تأليف: ماتيوس،غاريس، ترجمة: البهلول، نور الدين،1994، دار الحصاد، دمشق، ط1 .

34. علم النفس العيادي، تأليف: د. المليجي،حلمي،2000، دار النهضة العربية بيروت ، ط1 .

35. العلاج النفسي بين الشرق والغرب، تأليف: واطس، آلان،2005، ترجمة: ديب، ثائر، سلسلة النفس وقضاياها (2)، وزارة الثقافة السورية.

36. المخ البشري، مدخل إلى دراسة السيكولوجيا والسلوك، تأليف: تمبل، كرستين، ترجمة: د. أحمد،عاطف،2000، سلسلة عالم المعرفة، عدد (287) شهر تشرين ثاني.

37. إشكاليات الفكر العربي المعاصر: تأليف الدكتور الجابري،محمدعابد،1989،مركز دراسات الوحدة العربية. بيروت، لبنان، ط.1

38. الأداء المميّز التوافق بين العقل والقلب، تأليف: جون ر. كاتزنباخ، تعريب: شموط،محمدحسن،2002، مكتبة العبيكان.

39. رجايل،ميشيل(1987) _ علم النفس ومشكلات الحياة الاجتماعية

40. ترجمه ، عبد الستار ابراهيم ، الكويت : دار القلم - ط2 .

41. إبراهيم، عبد الستار ، إبراهيم ، رضوى (1996) الحضارة والعلاج النفسي،مجلة العلوم الاجتماعية .

42. زهران ، حامد عبد السلام (1990) علم نفس النمو الطفولة والمراهقة ، عالم الكتب ،القاهرة ط.2

43. حواشين ، مفيد نجيب (1991) النمو الانفعالي عند الطفل ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، عمان .

44. أسعد ، يوسف ، مخائيل (1996) سيكولوجية العاطفة ، المؤسسة العربية الحديثة للطباعة والنشر والتوزيع ، القاهرة .

45. الستار ، عبد الستار (1998) الاكتئاب اضطراب العصر الحديث فهمه وأساليب علاجه ، عدد عالم المعرفة رقم 239.

46. إسماعيل ، أحمد السيد محمد (1993) مشكلات الطفل السلوكية وأساليب معاملة الوالدين ، دار الفكر الجامعي ، الإسكندرية .

47. الكيلاني ، ماجد عرسان (1991) اتجاهات معاصرة في التربية الأخلاقية ، دار البشير للنشر و التوزيع ،عمان.

48. مونتاجيو/اسكي (1980) كيف نساعد الأطفال على تنمية قيمهم الخلقية ،ترجمة سامي الجمال ، بيروت .

49. عدس ، عبد الرحمن (1997) دور العاطفة في حياة الإنسان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ،عمان .

50. رسل ، برتداند (1981) في التربية ، ترجمة: سمير عبدو ، مكتبة الحياة ، بيروت

51. وايكوف ، جيري ، ويونل ، باربارة (1999) التأديب من دون صراخ ، ترجمة: مركز التعريب والبرمجة ، الدار العربية للعلوم : بيروت .

52. حلمي ، جلال إسماعيل (1999) العنف الأسري ، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع ، القاهرة . الاضطرابات والانحرافات الجنسية عند النساء ، د. عماد النجم ، د. سعادة ، نادرة ، مطبعة الحكمة بيروت ، ط1 ،2006م .

53. ديناميـة الأسرة في عصر العولمة ، أ.د.مكي،عباس ، مجد المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع ،ط1، 2007م .

54. صحة النساء النفسية بين أهل العلم والدين ، تأليف بيضون ،عزة شرارة ، دار الجديد ، ط1 ،1988م

55. "صيرورة المؤنث" في الذكورة تبعاً للفلسفة المعاصرة .. كولان ،فرانسواز ،كتاب باحثات ، الكتاب الثاني عشر عنوان الكتاب : تفكيك مفهوم الذكورة المهيمنة - 2006-2007م .

56. الأنا والهو ، تأليف : سيغموند فرويد ، ترجمة : نجاتي ، محمد عثمان ، دار الشروق ، طبعة (5) بيروت 1988م

57- اللاوعي ، علم ما وراء النفس ، تأليف : سيغموند فرويد ، ترجمة : طرابيشي ، جورج ، دار الطليعة ، بيروت ،1979م .

58 - الكف والعرض والحصر ، تأليف : فرويد، سيغموند ، ترجمة جورج طرابيشي ، دار الطليعة ، بيروت 1982م .

59- الحداد والسوداوية / علم ما وراء النفس / تأليف سيغموند فرويد ، ترجمة : طرابيشي ، جورج ، دار الطليعة

60- ثلاث مقالات حول النظرية الجنسية ، تأليف : سيغموند فرويد ، ترجمة : محمود على ،سامي ، مراجعة زيور ، مصطفى ، دار المعارف ، القاهرة 1963م .

61- التربية الجنسية للأطفال والمراهقين ،تأليف غولد جيكان ليافيشينا ، تعريب : د. عيون السود، نزار ،ط1 دار الطليعة الجديدة ، دمشق ، 2006م .

62- محاضرات في التحليل النفسي والعصاب ، تأليف هيلين دويتش ، ترجمة :أ.د أحمد فرج ، فرج ، مكتبة الأنجلو المصرية ،القاهرة ،1990م .

63- الاكتئاب النفسي بين النظرية والتطبيق ، تأليف الدكتور عسكر ، عبد الله مكتبة الأنجلو المصرية ،القاهرة ،1988م .

64- أوتو فنيخل ، نظرية التحليل النفسي في العصاب ، الكتاب الثالث ، ترجمة صلاح مخيمر ، رزق ، عبده ميخائيل ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة ،ط1 ،2009م .

65- الاجهاد أسبابه وعلاجه : منشورات عويدات – بيروت – لبنان ، تأليف : جان بنجامان ستورا ، تعريب : انطوان إ .

الهاشم ، عام 1996م .

-66 (s.Freud,Die endliche und die unendliche Analyse,1937. (

- J.Davidson Marilyn.L.cooper cary,Exeutive Women Under Pressure, int. Rev,of Applied Psy., Sage, London, Vol.301-326,1986

-67 Wiener.,cy bernetics,control and communication in the animal and the machine Cambridge:technology press ,1948

-68 Alex ander F.,French T. and Pollock G., Psychohosomatic Specificty,vol.1, Chicago: university of Chicago Press,1968

-69 Salovey,p.,&mayeer,j.d.1993 . emotional intelligence and the self-regulation of .

-70 Damon,William (1999) The Moval Development of children ,Avenve ,Newyork.

-71 Bower,M .Trowell,J(1996) The Emotional needs of young children and their Families Routledge.

-72 Zautra, A(2003) Emotion , stress ,and Health Oxford University press. . Keys to parenting your three year old ،susan d . gottlieb .d

خارج الإصدار المتسلسل لكتاب الشبكة: العدد 31

إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية

د. مرسيلينا شعبان



- الاختصاص: علم النفس
- الشهادة: إجازة في علم النفس

- **المؤلفات**

1- برنامج تدريب لأولياء الاطفال التوحيدين والعاملين معهم صدر في كتاب خاص عن جمعية ابو ظبي للتوحد باشراف الهلال الاحمر الاماراتي عام 2001

2- كتابين تحت النشر : الاول بعنوان : العوائق النفسية للديمقراطية من منظور نفسي تحليلي والثاني بعنوان : مقاربة نفسية تحليلية لحراك الشارع العربي

- **الابحاث**

كان لدي ابحاث عديدة قدمت في مؤتمرات ولقاءات علمية على مدى الخمسة عشرة الماضية سوف اذكر منها :

1- بحث حول المعوقين سمعيا بعنوان مشاكل القراءة المتكررة عند المعوقين سمعيا من ذوي نقص السمع البسيط والمتوسط ، بحث مقارن مع مجموعة من الاطفال العاديين في الصف الثالث الابتدائي ، قدم في مؤتمر الاتحاد العربي للصم في الاسكندرية عام 1998 ...

2- بحث حول مشاكل الكلام وتأثيرها على الكتابة والقراءة في بحث مقدم لمؤتمر الجمعية العربية لصعوبات التعلم عام 2003

3- بحث مقدم في احدى دورات التدريبية حول دمج المعوقين في التعليم النظامي بعنوان : الاسس وكيفية اعداد البرامج / الدورة كانت مقدمة للمعلمين والموجهين في الرحلة الابتدائية في العام 2005م .

4- بحث حول مشاكل اللغة التعبيرية عند طفل التوحد دراسة ميدانية لعدة حالات في مركز الاوائل للتأهيل النفسي التربوي في دمشق / قدم في مؤتمر الجامعة الاردنية قسم التربية الخاصة عام 2007باشراف الدكتور موسى العمايري .

5- بحث حول مقاومة طفل التوحد للكلام من منظور نفسي تحليلي قدم لمؤتمر المركز العربي للأبحاث النفسية والتحليلية الاخير عام 2009 والذي انعقد في الجامعة اليسوعية / قسم علم النفس في بيروت .

بحث مقدم في مؤتمر حول التحرش الجنسي عام 2010م في مدينة وهران بإشراف الدكتور حشلاف حميد .

- **الجوائز**

- وسام من الكريستال مقدم من القنصلية البولندية في اللاذقية عام 2007 بعد دورة تدريبية قدمتها للجمعية الاهلية لأطفال التوحد والداون سيندروم في حي الطابيات باللاذقية ، النشاط كان بإشراف القنصلية البولندية .

- شهادة تقدير من جمعية ابوظبي للتوحد عام 2001 ، بعد انهاء الدورة التدريبية للعاملين واولياء الامور في جمعية ابوظبي للتوحد في نشاط للجمعية على هامش مهرجان رمضان والعيد .